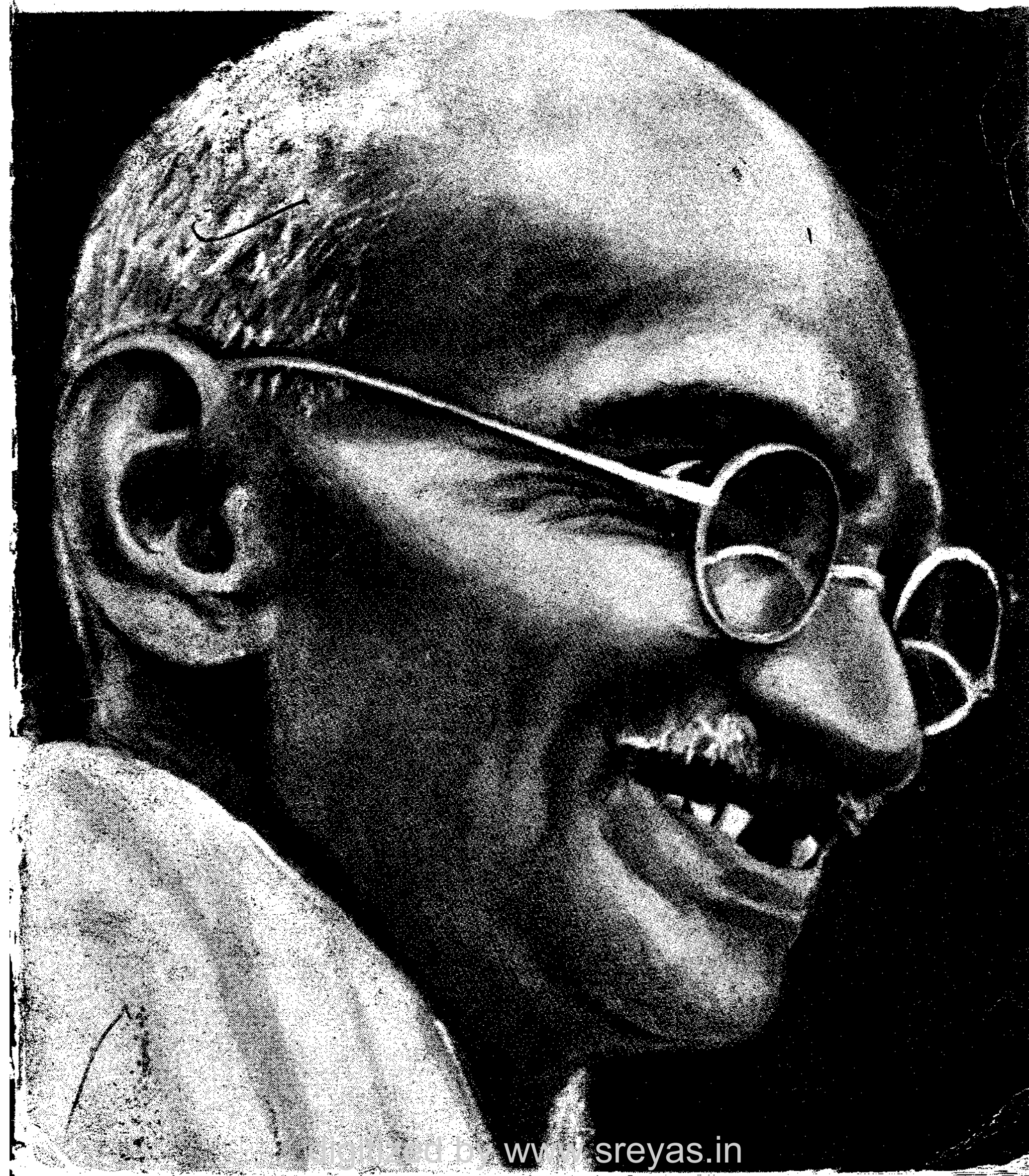

ശ്രേയസ്

1

ഗാന്ധിസാഹിത്യം

ഗാർഹികജീവിതം







'This book has been printed on the paper supplied by the Government of India at concessional rate'

MALAYALAM

Garhikajeevitham

Gandhian Literature Series—Vol. I

by Mahatma Gandhi

Edited by C. Uthama Kurup

Translated by Mrs. Susan Joseph

First Published October 1962

Reprinted February 1982

Cover design: Asok

Published by
Kerala Gandhi Smarak Nidhi, Trivandrum

Printed at Ashram Press, Kottayam for D. C. Press, Kottayam

Distributors:

CURRENT BOOKS

Kottayam, Trivandrum, Ernakulam,
Trichur, Kozhikode, Tellicherry, Alleppey

Rs. 22.00

GSN S No. 57 B No. 51 (2) CB - D - 87 - 3000 - 1281

മഹാത്മാ ഗാന്ധി

ഗാർഹികജീവിതം

എഡിററർ

സി. ഉത്തമക്കറുപ്പ്

വിവർത്തക

മിസ്സിസ് സൂസൻ ജോസഫ്

പ്രകാശകർ

കേരള ഗാന്ധിസ്മാരകനിധി

തിരുവനന്തപുരം

വില 22.00

ഗാന്ധിസാഹിത്യപരമ്പരയിലെ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ

വാല്യം 1. ഗാർഹികജീവിതം
,, 2. സാമൂഹ്യജീവിതം
,, 3. രാഷ്ട്രതന്ത്രം
,, 4. അർത്ഥശാസ്ത്രം
,, 5. വിദ്യാഭ്യാസം
,, 6. തത്വചിന്തയും മതവും
,, 7. തിരഞ്ഞെടുത്ത കത്തുകൾ



വിതരണം
കറന്റ് ബുക്ക്സ്
കോട്ടയം തിരുവനന്തപുരം എറണാകുളം തൃശ്ശൂർ
കോഴിക്കോട് തലശ്ശേരി ആലപ്പുഴ

പ്രസിദ്ധീകരണോപദേശകസമിതി:

ശ്രീ കൈനിക്കര എം. കുമാരപിള്ള (ചെയർമാൻ)
മഹാകവി ജി. ശങ്കരക്കുറുപ്പ്
പ്രൊഫ. സി. പി. മാത്യു
ശ്രീ കെ. രാധാകൃഷ്ണമേനോൻ
ശ്രീ പി. ശിവരാമ അയ്യർ
ഡാ. എൻ. പി. പിള്ള
ശ്രീ ജി. കുമാരപിള്ള
ശ്രീ പി. പി. ഉമ്മർകോയ
ശ്രീ കെ. ജനാർദ്ദനൻപിള്ള (സെക്രട്ടറി)

പ്രസാധകസമിതി:

ശ്രീ കൈനിക്കര എം. കുമാരപിള്ള
(ചീഫ് എഡിററർ & ചെയർമാൻ)
ഡാ. എൻ. പി. പിള്ള
ഡാ. വി. കെ. സുകുമാരൻനായർ
പ്രൊഫ. കെ. എസ്. ലക്ഷ്മണപ്പണിക്കർ
ശ്രീ ജി. കുമാരപിള്ള
ശ്രീ പി. ശിവരാമ അയ്യർ
ശ്രീ സി. ഉത്തമക്കുറുപ്പ്
(അസിസ്റ്റൻറ് എഡിററർ & കൺവീനർ)

പ്രസ്താവന

(ഒന്നാം പതിപ്പിനെഴുതിയത്)

മഹാത്മജിയുടെ വീരചരമംകൊണ്ട് അസ്തപ്രജ്ഞരായ ഭാരതജനത ഭക്തിപ്രശ്രയപൂർവ്വം ആ ചരണങ്ങളിലർപ്പിച്ച ശ്രദ്ധാഞ്ജലിയാണ് ഗാന്ധിസ്മാരകനിധി. ദുഃഖാർദ്രമായ ആ ഹൃദയങ്ങളിലെല്ലാം ഒരേ ഒരു വികാരമാണ് അലതല്ലിയിരുന്നത്. അത് പ്രധാനമന്ത്രി നെഹ്റുവിന്റെ വാക്കുകളിൽക്കൂടി ഇപ്രകാരം പുറത്തുവന്നു: 'നമുക്കു പ്രചോദനം നല്കി നയിച്ചിരുന്ന ആചാര്യൻ നഷ്ടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഇനി നാംതന്നെയാണ് ഈ ഭാരം ചുമക്കേണ്ടത്. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ആദർശങ്ങളിലും പരിപാടികളിലും നാം ഉറച്ചു നില്ക്കുമോ, അതോ, പുതിയ മാർഗ്ഗങ്ങളിലേക്കു വഴുതിപ്പോകുമോ?' ഒരു പുതിയ രാഷ്ട്രം കെട്ടിപ്പടുക്കുന്നതിനായി രാഷ്ട്രപിതാവ് ചില നിർദ്ദേശങ്ങളും, വ്യക്തവും വിശദവുമായ പരിപാടികളും രാജ്യത്തിനു സമർപ്പിച്ചിരിക്കുന്നു. ആ പരിപാടികളുടെ നിർവ്വഹണത്തിലാണ് അദ്ദേഹം അഹോരാത്രം ഏർപ്പെട്ടിരുന്നത്. ആ പ്രവർത്തനം മുന്നോട്ടു കൊണ്ടുപോകാൻതന്നെ ജനങ്ങൾ നിശ്ചയിച്ചു. അതിലേക്കു രൂപീകരിക്കപ്പെട്ട 'നിധി'യെ ദരിദ്രരുടെ ചില്ലിക്കാശും, ധനാഢ്യരുടെ ലക്ഷങ്ങളും ഒന്നിനൊന്നു മത്സരിച്ചു നാട്ടിലെ ഏററവും വലിയ പൊതുനിധിയാക്കിത്തീർത്തു.

സ്മാരകനിധിയുടെ ഏററവും പ്രധാനമായ പരിപാടിയായി അംഗീകരിക്കപ്പെട്ടത് ഗ്രാമങ്ങളിലെ നിർമ്മാണപ്രവർത്തനമാണ്. ചില പ്രധാന സ്ഥലങ്ങളിൽ സ്മാരകമന്ദിരങ്ങൾ പണിയുക , കുഷ്ഠരോഗനിവാരണഫൗണ്ടേഷൻ ഏർപ്പെടുത്തുക,ഗാന്ധിജിയുടെ ജീവിതത്തെ അധികരിച്ചുള്ള ചലച്ചിത്രങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുക, ജനക്ഷേമകരമായ സ്ഥാപനങ്ങൾക്കു ധനസഹായം ചെയ്യുക എന്നിവയ്ക്കും പ്രത്യേകം തുകകൾ നീക്കിവെയ്ക്കപ്പെട്ടു. ഇവയെപ്പോലെതന്നെ പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നതാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ തത്ത്വസംഹിതയുടെ പഠനത്തിനും പ്രചാരണത്തിനും സൗകര്യമുണ്ടാക്കുക—പ്രത്യേകിച്ചും ബുദ്ധിജീവികൾക്ക്. ഈ കാര്യം അംഗീകരിക്കപ്പെട്ടത് അല്പം വൈകിയാണ്. സമുദായത്തിലെ ഏററവും താണ ശ്രേണിയിലുള്ളവരുൾപ്പെടെ എല്ലാവരുടേയും പൂർണ്ണവികാസത്തിനുതകുന്ന ഒരു സാമൂഹ്യവ്യവസ്ഥിതിയെക്കുറിച്ചു സ്വപ്നം കാണുകയും അതിലേക്കു നയിക്കുന്ന പരിപാടികൾ ആസൂത്രണം ചെയ്യുകയും ചെയ്തിരുന്ന ആ മനുഷ്യസ്നേഹി ചിന്തനത്തിനും പരീക്ഷണത്തിനും വിധേയമാക്കാത്ത ഒരു വിഷയവുമില്ല. അവയെക്കുറിച്ചെല്ലാം വളരെ വ്യക്തവും ദൃഢവുമായ ആശയങ്ങൾ അദ്ദേഹത്തിനുണ്ടായിരുന്നു. ആ ആശയങ്ങൾ എത്ര വേഗത്തിൽ വ്യാപകമായി അംഗീകരിക്കപ്പെടുന്നുവോ, അതിന്നനുസരി

ച്ചായിരിക്കും ഒരു പുതിയ വ്യവസ്ഥിതി രൂപംകൊള്ളുന്നതു്. അതു കൊണ്ടു് എല്ലാ പ്രാദേശികഭാഷകളിലും അദ്ദേഹത്തിൻെറ ലേഖന സമാഹാരങ്ങൾ പ്രസിദ്ധീകരിക്കേണ്ടതാണെന്നു തീരുമാനിക്കപ്പെട്ടു. അഖിലേന്ത്യാടിസ്ഥാനത്തിൽ ഈ തീരുമാനങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നതിനു വളരെ മുമ്പുതന്നെ ഇതിലേക്കു് ഒരു പദ്ധതി കേരളശാഖ കേന്ദ്രത്തിനു സമപ്പിച്ചുവെങ്കിലും, അവരുടെ അംഗീകാരം കിട്ടിയതു് 1959—ൽ മാത്രമാണു്.

മററു പ്രദേശങ്ങളെ അപേക്ഷിച്ചു നിധിസംഭരണം കുറവായിരുന്ന കേരളത്തിനു് ഇതു ദുർവഹമായ ഒരു പദ്ധതിയാണു്. അതുകൊണ്ടു ചെലവു് കഴിയുന്നിടത്തോളം ചുരുക്കിയും, എന്നാൽ ഗുണത്തിനു് അല്പംപോലും ഗ്ലാനി സംഭവിക്കാത്ത വിധത്തിലും ഈ ജോലി നിവ്വഹിക്കേണ്ടിവന്നു. ഭാഗ്യവശാൽ ഈ പദ്ധതിയിൽ നിധിയെപ്പോലെതന്നെ താല്പര്യമുള്ള പല സുഹൃത്തുക്കളേയും ഞങ്ങൾക്കു കിട്ടി. ഈ പദ്ധതിയുടെ ചുമതലകൾ മുഴുവൻ വഹിക്കുവാൻ സവ്വഥാ യോഗ്യനും പ്രാപ്തനുമായ ശ്രീ കൈനിക്കര കുമാരപിള്ളയെ ചീഫു് എഡിററായി ലഭിച്ചതാണു് ഞങ്ങളുടെ ഏററവും വലിയ നേട്ടം. ഗാന്ധി സാഹിത്യ പ്രസിദ്ധീകരണത്തിലുള്ള അദ്ദേഹത്തിൻെറ ആത്മാത്ഥമായ താൽപര്യം അന്യത്ര ചേത്തിട്ടുള്ള അദ്ദേഹത്തിൻെറ പ്രസ്താവനയിൽനിന്നു വ്യക്തമാണു്. ഔദ്യോഗികജീവിതത്തിൽനിന്നു വിരമിച്ചുവെങ്കിലും, ആകാശവാണിയിൽ വഹിച്ചുവരുന്ന ചുമതലയേറിയ ഉദ്യോഗത്തിനിടയ്ക്കു കിട്ടാവുന്നിടത്തോളം സമയം ലാഭിച്ചെടുത്തും, രാത്രിയിലെ നിദ്രയേയും വിശ്രമത്തേയും അപഹരിച്ചുമാണു് ഈ ഭാരിച്ച ജോലി അദ്ദേഹം നിവ്വഹിച്ചതു്. ചീഫ് എഡിററർ ജോലിക്കോ, ഗ്രന്ഥപ്രസാധനത്തിനോ യാതൊരു പ്രതിഫലവും പററുകില്ലെന്ന നിബ്ബന്ധമായ നിബന്ധനയോടുകൂടിയാണു് അദ്ദേഹം സേവനമനുഷ്ഠിച്ചതു്. അദ്ദേഹത്തിൻെറ ഈ മഹാമനസ്കതയിൽ ഗാന്ധിസ്മാരകനിധിക്കുള്ള കടപ്പാടു് അവാച്യമാണു്.

മററു ഗ്രന്ഥങ്ങൾ തയ്യാറാക്കിയ സുഹൃത്തുക്കളെല്ലാവരുംതന്നെ അതാതു വിഷയങ്ങളിൽ അഗാധമായ പാണ്ഡിത്യം നേടിയവരാണു്. ഗാന്ധിജിയോടുള്ള ഭക്ത്യാദരങ്ങൾകൊണ്ടും, ഇക്കാര്യത്തിലുള്ള തീവ്രമായ താൽപര്യംകൊണ്ടു മാത്രമാണു് തങ്ങളുടെ ഔദ്യോഗികവ്യഗ്രതകൾക്കിടയ്ക്കും അവർ ഈ ജോലി നിവ്വഹിച്ചതു്. അവരോടെല്ലാമുള്ള നിസ്സീമമായ കൃതജ്ഞത ഇവിടെ രേഖപ്പെടുത്തുന്നു.

ഈ പദ്ധതിക്കു രൂപംകൊടുക്കാനും, നേതൃത്വം നല്കാനും രൂപീകരിക്കപ്പെട്ട ഉപദേശകസമിതി നിവ്വഹിച്ച സ്തുത്യഹ്മായ സേവനത്തിനു് അതിലെ ഓരോ അംഗത്തോടും ഗാന്ധിസ്മാരകനിധിക്കു് അളവററ നന്ദിയുണ്ടു്.

ഈ ഗ്രന്ഥാവലി ഏററവും ചുരുങ്ങിയ സമയത്തിനുള്ളിൽ പ്രത്യേക ശ്രദ്ധയോടുകൂടി ഭംഗിയായി മുദ്രണം ചെയ്യാൻ സമ്മതിച്ച 'ഇൻഡ്യാപ്രസ്സി'നോടും, ഇതിൻെറ വിതരണം ഏറെറടുത്തിരിക്കുന്ന

'സാഹിത്യപ്രവർത്തക സഹകരണസംഘ'ത്തോടും ഞങ്ങൾക്ക് അനല്പമായ നന്ദിയുണ്ട്.

ലാഭേച്ഛകൂടാതെ ഏററവും ചുരുങ്ങിയ വിലയ്ക്ക് ഈ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ വില്ക്കാനാണ് ഗാന്ധിസ്മാരകനിധി തീരുമാനിച്ചിട്ടുള്ളതു്. മനുഷ്യജന്മത്തിന്റെ പരമമായ ലക്ഷ്യം പ്രാപിക്കാൻ ആശിക്കുന്ന വ്യക്തികൾക്കും, ഒരു നവലോകം സൃഷ്ടിക്കാൻ കൊതിക്കുന്ന സാമൂഹ്യപ്രവർത്തകർക്കും, വികസനപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന ഉദ്യോഗസ്ഥന്മാർക്കും, നാട്ടിന്റെ ഭരണസാരഥ്യം വഹിക്കുന്ന നേതാക്കന്മാർക്കും എല്ലാം ഒരുപോലെ മാർഗ്ഗംതെളിക്കുന്ന ഒരനശ്വരദീപമായിരിക്കും ഈ ഗ്രന്ഥാവലി. ഇതു് എല്ലാ കേരളഗൃഹങ്ങളിലും, വിദ്യാലയങ്ങളിലും, സ്ഥാപനങ്ങളിലും, ആഫീസുകളിലും അമൂല്യമായ ഒരു നിധിയായി സൂക്ഷിക്കപ്പെടുമെന്നാണ് ഞങ്ങളുടെ പ്രതീക്ഷ. സ്നേഹത്തിന്റെയും സത്യത്തിന്റെയും അടിസ്ഥാനത്തിൽ ഒരു പുതിയ സമുദായം രചിക്കുവാൻ സഹായിക്കുന്ന ഈ യത്നത്തിൽ സഹകരിക്കുവാൻ ഓരോ കേരളീയനും ആവേശപൂർവ്വം മുന്നോട്ടു വരുമെന്നുള്ള പ്രത്യാശയോടുകൂടി ഈ ഗ്രന്ഥം കൈരളിയുടെ പാവനചരണങ്ങളിൽ സമർപ്പിക്കുന്നു.

തിരുവനന്തപുരം
2—10—1961

ഗാന്ധിസ്മാരകനിധിക്കുവേണ്ടി,
കെ. ജനാർദ്ദനൻപിള്ള
(സഞ്ചാലകൻ)

ആമുഖം

ഗാന്ധിസ്മാരകനിധിയുടെ പ്രധാന ലക്ഷ്യങ്ങളിൽ ഒന്നാണ്, ഗാന്ധി സാഹിത്യം ഭാരതത്തിലെ പ്രാദേശികഭാഷകളിലെല്ലാം അവതരിപ്പിക്കുക എന്നതു്. ഗാന്ധിസാഹിത്യത്തിന്റെ സ്വരൂപം മനസ്സിലാക്കിയാൽ മാത്രമേ ഈ അവതരണസംരംഭത്തിൽ അന്തർഭവിച്ചിരിക്കുന്ന യത്നത്തിന്റെ സ്വഭാവം വ്യക്തമാകൂ.

മഹാത്മാഗന്ധി ഒരു സാഹിത്യകാരനോ, ഗ്രന്ഥകർത്താവോ ആയിരുന്നു എന്നു പറയുന്നതു് അത്ര ശരിയായിരിക്കുകയില്ല. സാഹിത്യവ്യവസായം അദ്ദേഹത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഒരു ഉപകരണം മാത്രമേ ആയിരുന്നുള്ളു; ഒരിക്കലും ഒരു ലക്ഷ്യമായിരുന്നില്ല. എങ്കിലും ഉന്നതന്മാരായ പല സാഹിത്യകാരന്മാരേയുംകാൾ കൂടുതൽ എഴുതിയ ആളാണദ്ദേഹം. അദ്ദേഹം എഴുതിയതെല്ലാം സാഹിത്യവുമാണു്.

ഗാന്ധിജിയുടെ സാഹിത്യം, കത്തുകൾ ഒഴിച്ചാൽ, ഒട്ടുമുക്കാലും 'ഇന്ത്യൻ ഒപ്പീനിയൻ', 'നവജീവൻ', 'യങ് ഇന്ത്യ', 'ഹരിജൻ'—ഈ വാരികകളിലാണു്—പ്രധാനമായും അവസാനത്തെ രണ്ടെണ്ണത്തിലാണു്—ആദ്യം പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടതു്. ഗ്രന്ഥരൂപത്തിൽ അദ്ദേഹം രചിച്ച കൃതികൾ വളരെ കുറവാണു്. അദ്ദേഹത്തിന്റെ കൃതികളായി 'നവജീവൻ പ്രസിദ്ധീകരണശാല' ഇംഗ്ലീഷിൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ചിട്ടുള്ള മിക്ക പുസ്തകങ്ങളും ആ രൂപത്തിൽ അദ്ദേഹം രചിച്ചവയല്ല. അന്യർ ആ വാരികകളിൽനിന്നു സഞ്ചയിച്ചു് ആ രൂപം കൊടുത്തിട്ടുള്ളവയാണു്. 'നവജീവൻ പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങൾ' തന്നെ ആകെ അറുപതിൽപരമുണ്ടെന്നു തോന്നുന്നു. അവരുടേതല്ലാതെയും ഗാന്ധിസാഹിത്യഗ്രന്ഥങ്ങൾ ഉണ്ടായിട്ടുണ്ടു്. ഭാരതസർക്കാരിന്റെ പ്രസിദ്ധീകരണവകുപ്പു് ഈ അടുത്തകാലത്തു കിട്ടാവുന്നിടത്തുനിന്നെല്ലാം കിട്ടാവുന്നതെല്ലാം സമ്പാദിച്ചു സമാഹരിച്ചു് കാലാനുക്രമം ക്രോഡീകരിച്ചു വിപുലവും സമഗ്രവുമായ രൂപത്തിൽ ഗാന്ധിജിയുടെ കൃതികൾ പ്രസിദ്ധീകരിച്ചുതുടങ്ങിയിട്ടുണ്ടു്. ഇതേവരെയായി അതിന്റെ അഞ്ചു ഭാഗങ്ങളേ പുറത്തായിട്ടുള്ളു. ഈ അഞ്ചു ഭാഗങ്ങളിലുംകൂടി 1906 വരെയുള്ള കൃതികളേ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുമുള്ളു.

ഈ വസ്തുതകളിൽനിന്നു് ഒരു കാര്യം വ്യക്തമാകും. പ്രാദേശിക ഭാഷകളിൽ ഗാന്ധിസാഹിത്യം അവതരിപ്പിക്കുന്നതു് ഇപ്പോൾ ഭാരതസർക്കാർ പ്രസിദ്ധീകരിച്ചു തുടങ്ങിയിട്ടുള്ള സമ്പൂർണ്ണഗാന്ധിസാഹിത്യത്തിന്റെ പരിഭാഷയുടെ രൂപത്തിലാകാം. പക്ഷേ, അതു പൂർത്തിയാകാൻ വളരെ വർഷങ്ങൾ വേണ്ടിവരും. പോരെങ്കിൽ സാധാരണവായനക്കാർക്കു് അതു ദുഷ്പ്രാപമായിരിക്കും, മിക്കവാറും നിഷ്പ്രയോജന

മായിരിക്കും. അതല്ലെങ്കിൽ പിന്നെ അവശേഷിക്കുന്നതു് 'നിർധാരണ' (Selection) ത്തിൻേറയും പ്രസാധന (editing) ത്തിൻേറയും മാർഗ്ഗം അവലംബിക്കുകമാത്രമാണു്.

ഒരു സംശയം സംഗതമാണു്. 'നവജീവൻ' പ്രസിദ്ധീകരിച്ചിട്ടുള്ള പുസ്തകങ്ങൾ ഉണ്ടല്ലോ. ഗാന്ധിമാർഗ്ഗചാരികളും ഗാന്ധിസാഹിത്യ പണ്ഡിതന്മാരുമായ പ്രഗത്ഭന്മാരാണു് അവ പ്രസാധനം ചെയ്തിട്ടുള്ളതു്. ആ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ അങ്ങനെതന്നെ അങ്ങു പരിഭാഷപ്പെടുത്തിയാൽ പോരെ? വിവർത്തനാർഹമാണു് ആ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ എന്നു് ആരും സമ്മതിക്കും. ന്യായമായുണ്ടാകാവുന്ന ഒരു സംശയമാണിതു്. പക്ഷേ, ആ ഗ്രന്ഥങ്ങളെല്ലാം ശ്രദ്ധിച്ചു വായിച്ചിട്ടുള്ള ഒരാൾക്കു്, ഗാന്ധിസാഹിത്യം പ്രാദേശികഭാഷകളിൽ അവതരിപ്പിക്കുന്നതിലുള്ള പദ്ധതിയുടെ പരിമിതി അറിയാമെങ്കിൽ, ആ സംശയം ഉണ്ടാകുമെന്നു തോന്നുന്നില്ല. ഒന്നാമതു്, ആ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ വളരെയാണു്. അതെല്ലാം വിവർത്തനം ചെയ്യുന്നതിനു വമ്പിച്ച ശ്രമവും, ധനവ്യയവും ആവശ്യമാണു്. കൂടാതെ, ആ ഗ്രന്ഥങ്ങൾതന്നെയും പല ആളുകൾ അവരവരുടേതായ ഉദ്ദേശ്യത്തെ മുൻനിർത്തി നടത്തിയ നിർധാരണത്തിൻേറയും, പ്രസാധനത്തിൻേറയും ഫലങ്ങളാണു്. വ്യക്തമായ ഒരേ ലക്ഷ്യത്തെ മുൻനിർത്തി പരസ്പരധാരണയോടുകൂടി എല്ലാവരും ചേർന്നു് അംഗീകരിച്ച ഒരു സാമാന്യ പദ്ധതിയനുസരിച്ചല്ല അവ തയ്യാർ ചെയ്തിട്ടുള്ളതു്. അതുകൊണ്ടു് അതതു ഗ്രന്ഥത്തിൻെറ പ്രസാധനോദ്ദേശ്യം അനുസരിച്ചു പല ഗ്രന്ഥങ്ങളിലും ഒരേ ലേഖനങ്ങൾതന്നെ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ടെന്നു കാണാം. പ്രവർത്തനവ്യാപ്തിയിലും ധനവ്യയത്തിലും പരിമിതിയുള്ള ഒരു പ്രസിദ്ധീകരണസംരംഭം വിജയിക്കണമെങ്കിൽ, അതുകൊണ്ടു് ഉണ്ടാകാവുന്ന പ്രയോജനത്തിൻെറ പരമാവധി ഉളവാകണമെങ്കിൽ, കൂടുതൽ വിവേകപൂർവ്വകമായ തിരഞ്ഞെടുപ്പും സംഗ്രഹണവും അനിവാര്യമാണെന്നു് അല്പം ആലോചിച്ചാൽ ആർക്കും ബോദ്ധ്യമാകും.

ഗാന്ധിസ്മാരകനിധിയുടെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ ഏതാനും പ്രാദേശിക ഭാഷകളിൽ ഗാന്ധിസാഹിത്യ പ്രസിദ്ധീകരണം ആരംഭിച്ചിട്ടു കുറച്ചു കാലമായിരിക്കുന്നു. ചിലതിൽ—തെന്നിന്ത്യൻഭാഷകളിൽ കന്നഡവും, തമിഴും പ്രത്യേകം പ്രസ്താവ്യമാണു്—ആ യത്നം വളരെ പുരോഗമിച്ചിട്ടുമുണ്ടു്. ഭാരതത്തിനു പൊതുവായ ഒരു പദ്ധതി അനുസരിച്ചല്ല ഈ പ്രവർത്തനം നടക്കുന്നതു്. ഓരോ ഭാഷയിലും അതിനു ചുമതലപ്പെട്ട ഒരു വിദഗ്ദ്ധസമിതി ആലോചിച്ചു നിശ്ചയിച്ചിട്ടുള്ള ഒരു പദ്ധതി അനുസരിച്ചാണു പ്രസാധനം നടക്കുന്നതു്. പക്ഷേ, എല്ലാവരും ലഭ്യമായ ഗാന്ധിസാഹിത്യസമുച്ചയത്തിൽനിന്നു് ഒരു തിരഞ്ഞെടുപ്പു നടത്താൻ നിർബദ്ധരായിട്ടുണ്ടു്. മിക്കവൊറും വിഷയപരമായി അപഗ്രഥിച്ചു്, ഓരോ വിഷയത്തേയും അധികരിച്ചു് അദ്ദേഹം എഴുതുകയും, പറയുകയും ചെയ്തിട്ടുള്ളതിൽനിന്നു് ഏററവും പ്രധാനമെന്നും പ്രയോജനകരമെന്നും അവർക്കു തോന്നിയതു തിരഞ്ഞെടുത്തു പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നതിനാണു് എല്ലാവരുടേയും യത്നം.

ഇതിൽനിന്നെല്ലാം ഭിന്നമായ രീതിയിൽ ഗാന്ധിസാഹിത്യം പ്രസാധനം ചെയ്താൽക്കൊള്ളാമെന്ന് എനിക്കു തോന്നിത്തുടങ്ങിയിട്ടു വളരെക്കാലമായി. ഗാന്ധിസാഹിത്യപ്രസിദ്ധീകരണങ്ങളുമായി എനിക്കുണ്ടായ പരിചയമാണ് ആ വഴിക്ക് എന്നെക്കൊണ്ടു ചിന്തിപ്പിച്ചതു്. ആ പരിചയം കൂടുതൽ വ്യാപകവും ഗാഢവും ആയതോടുകൂടി ആ പ്രത്യേക പ്രസാധനരീതിയുടെ രൂപം എന്റെ മനസ്സിൽ കൂടുതൽ തെളിയാനും ഉറയ്ക്കാനും ഇടയായി.

1957 ഉത്തരാർദ്ധത്തിലാണെന്നു തോന്നുന്നു. ഗാന്ധിസ്മാരകനിധി കേരളശാഖയുടെ സഞ്ചാലകനായ ശ്രീ കെ. ജനാർദ്ദനൻപിള്ള ഗാന്ധി സാഹിത്യം മലയാളത്തിൽ അവതരിപ്പിക്കുന്നതിനു് ഒരു പദ്ധതി ഉണ്ടാക്കുന്നതിനെപ്പററി എന്നോടു സംസാരിക്കുകയുണ്ടായി. അതിനോടുകൂടിത്തന്നെ ഗാന്ധിസാഹിത്യപ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ പ്രധാന ചുമതല ഞാൻ ഏറെറടുത്താൽ കൊള്ളാമെന്ന് അഭിപ്രായപ്പെടുകയും ചെയ്തു. അതിനു് അനുകൂലമായ ഒരു മറുപടി പറയാൻ എനിക്കു വളരെ സമയമോ വലിയ ആലോചനയോ വേണ്ടിവന്നില്ല. മൂന്നു കാരണങ്ങൾകൊണ്ടു്. ഒന്നു്, മഹാത്മാഗാന്ധിയുടെ ആദർശങ്ങളും ആശയങ്ങളും ഏതൊരു മലയാളിക്കും വ്യക്തമായി ഗ്രഹിക്കത്തക്ക രൂപത്തിൽ അവതരിപ്പിക്കേണ്ടതു് ആവശ്യമാണെന്ന ബോധം. രണ്ടു്, ഗാന്ധി സാഹിത്യപ്രസാധനത്തെപ്പററി ഞാൻ സങ്കല്പത്തിൽ രൂപംകൊടുത്തിരുന്ന പദ്ധതിയുടെ പ്രായോഗിക പരീക്ഷണത്തിനു കിട്ടുന്ന ആ അവസരം വിധികല്പിതമാണെന്ന തോന്നൽ. മൂന്നു്,—ഇതാണു് ഏററവും പ്രധാനം—മഹാത്മാഗാന്ധിയോടു വ്യക്തിപരമായി എനിക്കുണ്ടെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്ന നിസ്സീമമായ കടപ്പാടു്.

ഒരു കാര്യം ഇവിടെ അസന്ദിഗ്ദ്ധമാംവണ്ണം വ്യക്തമാക്കാൻ ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. ഞാൻ മഹാത്മാഗാന്ധിയുടെ ശിഷ്യനല്ല; ശിഷ്യനായിരുന്നിട്ടില്ല; അനുയായിയുമല്ല. ശിഷ്യനെന്നോ അനുയായിയെന്നോ അർത്ഥം വരത്തക്ക രൂപത്തിൽ ചിലർ എന്നെപ്പററി പരാമർശിച്ചിട്ടുള്ള സന്ദർഭങ്ങളിലെല്ലാം ഞാൻ ലജ്ജകൊണ്ടു ചൂളിയിട്ടേയുള്ളു; അഭിമാനിച്ചിട്ടില്ല. ആ പദത്തിനു ഞാൻ അർഹനല്ല; അർത്ഥിയുമല്ല. എങ്കിലും അദ്ദേഹത്തോടു് എനിക്കു കടപ്പാടുണ്ടു്—ഒരു മഹാനദിയോടു്, അതിൽ നിന്നു് കൈക്കുമ്പിളിൽ കൊള്ളാവുന്നിടത്തോളം മാത്രം വെള്ളം കോരി മതിയാവോളം കുടിച്ചു് ആശ്വാസമടയുന്ന ഒരു പിപാസുവിനുള്ള കടപ്പാടു്—മാർത്താണ്ഡബിംബത്തോടു്, അതിൽനിന്നു തന്റെ കൊച്ചു ജീവനു് ആവശ്യമുള്ളിടത്തോളംമാത്രം, താങ്ങാവുന്നിടത്തോളം മാത്രം ചൈതന്യം ആഗിരണം ചെയ്തു ജീവസന്ധാരണം നിർവ്വഹിക്കുന്ന ഒരു കാട്ടുപൂവിനുള്ള കടപ്പാടു്! എടുത്തതു കുറച്ചേ ഉള്ളൂ, എടുക്കാനുള്ള കഴിവിന്റെ കുറവുകൊണ്ടു്. എങ്കിലും കടപ്പാടു് അനല്പമാണു്, പരിപൂർണ്ണമാണു്. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ എടുക്കാവുന്നതിന്റെ പരിമിതമായ കഴിവിനു പ്രയോജനപ്പെടുത്താവുന്നതിന്റെ, പരമാവധിതന്നെ എടുത്തിട്ടുണ്ടു്.

ഗാന്ധിസാഹിത്യത്തിൻെറ പ്രസാധനഭാരം ഏല്ലുന്നതു് എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അനപേക്ഷണീയമായ ഒരു കത്തവ്യമാക്കി ത്തീത്തതു് ആകടപ്പാടാണു്. ഞാൻ നല്കിയ ഉറപ്പിന്മേൽ ജനാദ്ദനൻ പിള്ളമുമ്പോട്ടുപോയി. ആലോചനകളുടേയും ഒരുക്കങ്ങളുടേയും പുരോഗതി അദ്ദേഹം എന്നെ മുറയ്ക്കു് അറിയിച്ചുകൊണ്ടുമിരുന്നു. അതു സംബന്ധിച്ചുള്ള പ്രവത്തനം ആരംഭിക്കുന്നതിനു് ആവശ്യമായ പ്രാരംഭനേടപടികരം പൂത്തിയായതു് 1959 മദ്ധ്യത്തിലാണു്.

ഗാന്ധിസാഹിത്യപ്രസിദ്ധീകരണകാര്യാലയം തിരുവനന്തപുരത്തു ഗാന്ധിസ്മാരകനിധിയുടെ കാര്യാലയം ഇട്ടിരിക്കുന്ന കെട്ടിടത്തിൽത്തന്നെ സജ്ജീകരിച്ചു. ആകാശവാണിയിൽ ഉത്തരവാദിത്വമുള്ള ഒരു ഉദ്യോഗം വഹിക്കുന്ന എനിക്കു ഗാന്ധിസാഹിത്യപ്രസാധനം സംബന്ധിച്ചുള്ള ജോലിക്കായി വളരെ സമയം വിനിയോഗിക്കുക സാദ്ധ്യമല്ലാതിരുന്നതുകൊണ്ടു് കാര്യാലയത്തിൻെറ ദൈനംദിനപ്രവത്തനങ്ങരം നടത്തിക്കൊണ്ടു പോകുന്നതിനു് ഒരു അസിസ്റ്റൻറ് എഡിററെക്കൂടി നിയമിച്ചു. കിട്ടാവുന്നിടത്തോളം ഗാന്ധിസാഹിത്യ ഗ്രന്ഥങ്ങരം സംഭരിച്ചു് ഒരു ഗ്രന്ഥശാലയുണ്ടാക്കി. പ്രസാധനവും പ്രസിദ്ധീകരണവും സംബന്ധിച്ചു വേണ്ട നിദ്ദേശങ്ങരം നല്കുന്നതിനു് ഒരുപദേശകസമിതിയേയും നിയമിച്ചു. അങ്ങനെ, ജോലി ആരംഭിക്കുന്നതിനുള്ള സന്നാഹം പൂത്തിയായി.

1959 ജൂലൈ 18-ാം തീയതി ഉപദേശകസമിതിയുടെ ആദ്യത്തെ യോഗം കൂടി. അതിൽ എൻെറ പ്രസാധനപദ്ധതിയുടെ സാമാന്യസ്വരൂപം സമർപ്പിച്ചു വിശദീകരിച്ചു. അതിൻെറ എല്ലാ വശങ്ങളും സൂക്ഷ്മമായി പരിശോധിച്ചതിനുശേഷം ഉപദേശകസമിതി അതു പൂണ്ണമായി അംഗീകരിച്ചു.

ഇനി ആ പദ്ധതിയെപ്പററി പറയാം. പ്രസാധനത്തിനു വ്യക്തമായ ഒരു ലക്ഷ്യമുണ്ടെങ്കിൽ അതായിരിക്കുമല്ലോ പ്രസാധനത്തിൻെറ സ്വഭാവം നിണ്ണയിക്കുന്നതു്. എനിക്കു പ്രസാധനം സംബന്ധിച്ചു വ്യക്തവും പ്രത്യേകവുമായ ഒരു ലക്ഷ്യമുണ്ടായിരുന്നു. അതു്, ചുരുക്കത്തിൽ, ഇതാണു്—ഗാന്ധിജിയുടെ ആശയപ്രപഞ്ചം ഏററവും സാന്ദ്രവും സമഗ്രവും, സുഗ്രഹവുമായ രൂപത്തിൽ ആവിഷ്കരിക്കുക – അന്യരുടെ വാക്കുകളിലല്ല, അദ്ദേഹത്തിൻെറതന്നെ വാക്കുകളിൽ.

ഇതിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന പ്രക്രിയ എന്താണെന്നു് ഒരുദാഹരണംകൊണ്ടു വ്യക്തമാക്കാൻ ശ്രമിക്കാം. മഹാത്മഗാന്ധി ഏററവും കൂടുതൽ പറയുകയും എഴുതുകയും ചെയ്തിട്ടുള്ളതു മനുഷ്യജീവിതത്തിൻെറ പാരമ്യന്തികലക്ഷ്യമായ സത്യസാക്ഷാല്ക്കാരത്തിനുള്ള ഏകവും അപരിത്യാജ്യവുമായ ഉപാധിയായി അദ്ദേഹം കരുതിയ അഹിംസയെക്കുറിച്ചാണല്ലോ. ജീവിതം ആസകലം, ജീവിതത്തിൻെറ സകലമണ്ഡലങ്ങളിലും, സകല അംശങ്ങളിലും, അദ്ദേഹം അഹിംസയുടെ പ്രശ്നങ്ങരം ദർശിച്ചു. ദക്ഷിണാഫ്രിക്കയിൽവച്ചു് അദ്ദേഹം പൊതുജീവിതം, അഥവാ ലോകസേവനം, ആരംഭിച്ചു—1893 മുതൽ 1948 ജനു

വരി 30—ാം തീയതി സായംകാലത്തു തന്റെ ഘാതകന്റെ മുമ്പിൽ മുകുളപാണിയായി സർവ്വപാപഹരമായ രാമനാമം അവസാനമായി ഉച്ചരിച്ചുകൊണ്ടു നിലം പതിച്ച ആ അന്തിമമുഹൂർത്തംവരെ അദ്ദേഹം എഴുതിയതും പറഞ്ഞതുമെല്ലാം ഒരുതരത്തിലല്ലെങ്കിൽ മററൊരു തരത്തിൽ അഹിംസയെപ്പററിയാണ്. ജീവിതത്തിലെ സകല പ്രവൃത്തികൾകൊണ്ടും ഉദാഹരിച്ചതു് അഹിംസയാണ്. എന്നാൽ ഈ അഹിംസയെപ്പററിപ്പോലും അദ്ദേഹം സമഗ്രമായ ഒരു ഗ്രന്ഥം രചിച്ചിട്ടില്ല എന്നു നാം ഓർമിക്കണം.

അഹിംസയെപ്പററി ഗാന്ധിജി തുടർച്ചയായി ഏകാഗ്രമായി സമഗ്രമായി ഒരു പ്രബന്ധം രചിച്ചു എന്നു നമുക്കു് ഒന്നു സങ്കല്പിക്കാം. ഏതാണ്ടു് അമ്പതിൽപ്പരം കൊല്ലത്തിനുള്ളിൽ അസംഖ്യം സന്ദർഭങ്ങളിലായി അദ്ദേഹം അഹിംസയെപ്പററി എഴുതിയ ലേഖനങ്ങളുടെയും ചെയ്ത ഭാഷണങ്ങളുടെയും ആകെത്തുകയുടെ വലുപ്പമോ രൂപമോ അതിനുണ്ടായിരിക്കയില്ലെന്നു തീർച്ചയാണല്ലോ. തുച്ഛമായ ഒരംശത്തിന്റെ വലുപ്പമേ അതിനുണ്ടായിരിക്കയുള്ളു. ലേഖനങ്ങളിൽ അനിവാര്യമായി കടന്നുകൂടിയിട്ടുള്ള ബഹുലമായ ആശയാവർത്തനങ്ങൾ അതിൽ കാണുകയില്ല. എന്നാൽ അവയിൽ എല്ലാററിലുംകൂടി ലയിച്ചുകിടക്കുന്ന പ്രധാനങ്ങളായ ആശയങ്ങൾ സർവ്വവും യുക്തിയുക്തവും ഗാഢവുമായ പരസ്പര ബന്ധത്തോടുകൂടി, അതിൽ തീർച്ചയായി ഉണ്ടായിരിക്കുകയും ചെയ്യും. അദ്ദേഹത്തിന്റെ കൃതികളിൽനിന്നു പ്രസക്തമായ എല്ലാ ഭാഗങ്ങളും സഞ്ചയിച്ചു്, സൂക്ഷ്മമായി അപഗ്രഥിച്ചു പ്രധാനങ്ങളായ ആശയങ്ങൾ വേർതിരിച്ചെടുത്തു പരസ്പരം യുക്തിപൂർവം ഘടിപ്പിച്ചു സമന്വയിച്ചു് അദ്ദേഹത്തിന്റെ ആ സാങ്കല്പിക പ്രബന്ധത്തിന്റെ ഏകദേശമായ ഒരു ഛായയെങ്കിലും നിർമ്മിക്കുക എന്നുള്ളതാണു ലക്ഷ്യം.

വായനക്കാർ തെററിദ്ധരിക്കാതിരിക്കാൻ ഒരു കാര്യം ഇവിടെ സ്പഷ്ടമാക്കിക്കൊള്ളട്ടെ. അഹിംസയെപ്പററി ഒരു പ്രത്യേക ഗ്രന്ഥം ഞങ്ങൾ തയ്യാറാക്കിയിട്ടില്ല. 'തത്ത്വചിന്തയും മതവും' എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിലെ ഒരു ഭാഗം മാത്രമാണു് അതു്. ഉദാഹരണത്തിനുവേണ്ടി അതിന്റെ പ്രസാധനവിധം വിശദീകരിച്ചു എന്നേയുള്ളു.

ഞങ്ങൾ തയ്യാർ ചെയ്യുന്ന പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങളിൽക്കൂടി മഹാത്മാഗാന്ധിയുടെ ആശയപ്രപഞ്ചം മുഴുവൻ അവതരിപ്പിക്കുന്നതിനു കുറേക്കൂടി സ്ഥൂലമായ വിഭജനവും കുറേക്കൂടി കൃപണമായ സംക്ഷേപണവും ആവശ്യമായിരുന്നു. അതുകൊണ്ടു് ജീവിതത്തിന്റെ വിവിധ മണ്ഡലങ്ങളെ അവലംബിച്ചാണു ഞങ്ങൾ വിഷയവിഭജനം ചെയ്തതു്—1. ഗാർഹികജീവിതം, 2. സാമൂഹ്യജീവിതം, 3. രാഷ്ട്രതന്ത്രം, 4. അർത്ഥശാസ്ത്രം, 5. വിദ്യാഭ്യാസം, 6. തത്ത്വചിന്തയും മതവും— പരസ്പരബദ്ധങ്ങളായ ഈ ആറു ഭാഗങ്ങൾ കൂടാതെ ഗാന്ധിജിയുടെ വിവിധ തരത്തിലുള്ള പരശതം കത്തുകളിൽനിന്നു് അദ്ദേഹത്തിന്റെ ബഹുമുഖമായ താല്പര്യങ്ങൾ, ലോകവ്യാപകമായ സൗഹൃദം, വ്യക്തി

ഗതങ്ങളായ സ്നേഹബന്ധങ്ങൾ ഹൃദയാവർജ്ജകമായ നർമ്മബോധം— പൂർണ്ണതയിൽ അദ്ദേഹത്തിന്റെ സങ്കീർണ്ണവും അസാമാന്യവുമായ സത്വപ്രഭാവം—ഏററവും കൂടുതൽ പ്രതിഫലിപ്പിക്കുന്ന കത്തുകൾ തിരഞ്ഞെടുത്തു സമാഹരിച്ച് ഒരു പ്രത്യേക ഭാഗവും. അങ്ങനെ ഏഴു ഭാഗങ്ങളായിട്ടാണു ഗാന്ധിസാഹിത്യം ഞങ്ങൾ തയ്യാർ ചെയ്തിട്ടുള്ളതു്. ഗാന്ധിജിയുടെ കൃതികളിൽ സർവ്വപ്രധാനമെന്നുതന്നെ പറയാവുന്ന അദ്ദേഹത്തിന്റെ ആത്മകഥ ഈ പരമ്പരയിൽ ഉൾപ്പെടുത്താതിരുന്നതു മലയാളത്തിൽ ആ ഗ്രന്ഥം ഇതിനു മുമ്പുതന്നെ ഒന്നിലധികം രൂപത്തിൽ പ്രസിദ്ധീകൃതമായിട്ടുള്ളതുകൊണ്ടാണു്.

ഈ രൂപത്തിലുള്ള വിഭജനം പലതരത്തിൽ പ്രയോജനപ്പെടുമെന്നാണു ഞങ്ങളുടെ പ്രതീക്ഷ. കാര്യമായ യാതൊന്നും വിട്ടുപോകാൻ അനുവദിക്കാത്ത നീരന്ധ്രമായ ഒരു രക്ഷാവലയമാണതു്. അതിൽപെടാത്തതായി ഒരു ജീവിതപ്രശ്നവും ഉണ്ടായിരിക്കയില്ല; അതുകൊണ്ടു് അതിൽ ഉൾക്കൊള്ളിക്കാൻ വയ്യാത്തതായി ഒരാശയവും അവശേഷിക്കുകയുമില്ല. ആശയങ്ങളുടെ ഗ്രഹണത്തിനും പരീക്ഷണത്തിനും ജീവിതസംബന്ധമായ ആ വിശകലനം അനുവാചകരെ വളരെ സഹായിക്കുമെന്നും ന്യായമായി പ്രത്യാശിക്കാം. ഇതിനൊക്കെപ്പുറമേ ഓരോ അനുവാചകനും തന്റെ പ്രത്യേക താല്പര്യത്തിനു പാത്രമായ ഭാഗമോ ഭാഗങ്ങളോ മാത്രം അനായാസം വായിച്ചു തൃപ്തിയടയാനുള്ള സൗകര്യവും അതു നൽകുന്നു.

ആദ്യത്തെ ഉപദേശകസമിതിയോഗം ഈ പദ്ധതി അംഗീകരിച്ചു എന്നു പറഞ്ഞല്ലോ. ആ യോഗത്തിൽ വച്ചുതന്നെ ഈ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ തയ്യാർ ചെയ്യുന്നതിനു പ്രാപ്തരായ പ്രസാധകന്മാരേയും നിശ്ചയിച്ചു. അതതു വിഷയങ്ങളിൽ അവഗാഹവും മഹാത്മാഗാന്ധിയുടെ ആശയങ്ങളുമായി ഏറെക്കുറെ ഗാഢമായ പരിചയവും ഉള്ള ആളുകളായിരുന്നു അതിലേക്കു് ആവശ്യം. കൂടെക്കൂടെ തമ്മിൽ കാണുന്നതിനും ചർച്ച ചെയ്യുന്നതിനും ഉള്ള സൗകര്യവും അവർക്കു് ഉണ്ടായിരിക്കേണ്ടിയിരുന്നു. ഇതെല്ലാം പരിഗണിച്ചതിനുശേഷം വിവിധഭാഗങ്ങളുടെ പ്രസാധനത്തിന്റെ ചുമതല താഴെപ്പറയുന്നവരെ ഏല്പിക്കാൻ നിശ്ചയിച്ചു. അവർ ഒരു പ്രസാധകസമിതിയായി പ്രവർത്തിക്കണമെന്നും തീരുമാനിച്ചു.

1. ഗാർഹികജീവിതം —സി. ഉത്തമക്കുറുപ്പ് (അസി. എഡിററർ)
2. സാമൂഹ്യജീവിതം —ജി. കുമാരപിള്ള, യൂണിവേഴ്സിററി കോളേജ്, തിരുവനന്തപുരം.
3. രാഷ്ട്രതന്ത്രം —ഡോ. വി. കെ. സുകുമാരൻനായർ, കേരള യൂണിവേഴ്സിററി.
4. അർത്ഥശാസ്ത്രം —പ്രൊഫസ്സർ കെ. എസ്. ലക്ഷ്മണപ്പണിക്കർ, യൂണിവേഴ്സിററി കോളേജ്.
5. വിദ്യാഭ്യാസം —ഡോ. എൻ. പി. പിള്ള, കേരള യൂണിവേഴ്സിററി.

6. തത്വചിന്തയും മതവും — കൈനിക്കര കുമാരപിള്ള
(ചീഫ് എഡിററർ)
7. കത്തുകൾ — പി. ശിവരാമയ്യർ, അഡ്വക്കേററ്,
എറണാകുളം.

പ്രസാധകസമിതിയിലെ അംഗത്വം സ്വീകരിച്ച് അവരവൎക്കു നിശ്ചയിച്ചിട്ടുള്ള ചുമതല നിൎവ്വഹിക്കാമെന്ന് അവരെല്ലാവരും സന്തോഷപൂൎവ്വം സമ്മതിച്ചു. ഈ പ്രസാധകസമിതി 1959 ജൂലായ് അവസാനത്തിൽ സമ്മേളിച്ച് അവരുടെ പ്രവൎത്തനത്തിന്റെ രീതി നിൎണ്ണയിച്ചു. എല്ലാ മാസത്തിലും ആദ്യത്തെ ഞായറാഴ്ച ഒരുമിച്ചു കൂടണമെന്നും പ്രവൎത്തനത്തിന്റെ പുരോഗതിയും പ്രവൎത്തനത്തെ സംബന്ധിക്കുന്ന പ്രസക്തങ്ങളായ മററു കാര്യങ്ങളും ചൎച്ച ചെയ്യണമെന്നും തീരുമാനിച്ചു.

ആദ്യമായി ചെയ്യേണ്ടിയിരുന്നതു് ഓരോ വിഷയത്തേയും അധികരിച്ച് ഗാന്ധിജി എഴുതുകയോ പറയുകയോ ചെയ്തിട്ടുള്ളതെല്ലാം പ്രസിദ്ധീകൃതങ്ങളായിട്ടുള്ള ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽനിന്നും ആനുകാലിക പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങളിൽനിന്നും ശേഖരിക്കുകയായിരുന്നു. ശേഖരണത്തിന്റെ കൂടെത്തന്നെ വിഷയപരമായ ഒരു വിഭജനവുംകൂടി നടത്തുന്നതിനു സഹായിക്കത്തക്കതരത്തിൽ ഓരോ പ്രസാധകനും താൻ പ്രസാധനം ചെയ്യാൻ പോകുന്ന പുസ്തകത്തിന് ഉണ്ടാകാവുന്ന ഉള്ളടക്കം അപഗ്രഥനംചെയ്ത് ഒരു താല്ക്കാലിക വിഷയസൂചിക തയ്യാറാക്കി. ഈ വിഷയസൂചികൾ പ്രസാധകസമിതി ചർച്ചചെയ്തു വേണ്ട ഭേദഗതികളോടെ അംഗീകരിച്ചു. അവയെ അവലംബിച്ചുകൊണ്ടു് ശേഖരണവും ആരംഭിച്ചു.

ലേഖനങ്ങളും ലേഖനഭാഗങ്ങളും സഞ്ചയിച്ചു തുടങ്ങിയതോടുകൂടി ഞങ്ങളുടെ വിഷയസൂചികളും അനിവാര്യമായി രൂപഭേദം പ്രാപിച്ചു തുടങ്ങി. ചില വിഷയവിഭാഗങ്ങൾ ആവശ്യമില്ലാതെ ആയി. ചിലതു പുതുതായി ഉൾപ്പെടുത്തേണ്ടിവന്നു.

ഏററവും കൂടുതൽ വൈഷമ്യം അനുഭവപ്പെട്ടതു് ശേഖരിക്കുന്ന ലേഖനങ്ങളുടെ നിഷ്കൃഷ്ടമായ വിശകലനത്തിലാണ്. ഗാന്ധിജിയുടെ ചിന്തയുടേയും ആശയങ്ങളുടേയും ഒരു പ്രത്യേകത അവയുടെ ഉദ്ഗ്രഥന സ്വഭാവമാണ്. യഥാൎത്ഥജീവിതത്തിൽ, അനുഭവത്തിൽ, വസ്തുതകളും ആശയങ്ങളും പരസ്പരബദ്ധങ്ങളായിട്ടാണ്, സങ്കീൎണ്ണനിബദ്ധങ്ങളായിട്ടാണ് പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നതു്. എന്നാൽ അവ സാമാന്യബുദ്ധിക്കു സുഗ്രഹമാകണമെങ്കിൽ അപഗ്രഥനം കുറെ ആവശ്യമാണ്. അപഗ്രഥനത്തിനൊരുങ്ങിയാൽ അവയുടെ ജൈവമായ സങ്കീൎണ്ണസത്ത ശിഥിലമാകയും ചെയ്യും. ഇക്കാര്യത്തിൽ ഒരു മദ്ധ്യമാൎഗ്ഗം അവലംബിക്കാനാണ് ഞങ്ങൾ ശ്രമിച്ചിട്ടുള്ളതു്. ആശയത്തിന്റെ ജീവനുഹാനി സംഭവിക്കാത്തിടത്തോളമുള്ള വിശകലനത്തിനേ ഞങ്ങൾ പ്രായേണ മുതിൎന്നിട്ടുള്ളു.

ഓരോ ഭാഗത്തിന്റെയും വിഷയത്തെ സംബന്ധിച്ച ഗാന്ധിജി രേഖപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ളതെല്ലാം ലഭ്യമായ സകല പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങളിൽനിന്നും സഞ്ചയിക്കാൻ ഞങ്ങൾ ശ്രമിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഒരു കാര്യത്തിലേ ഞങ്ങൾക്ക് അല്പം ഖേദമുള്ളു. 'യംഗ്''ഇൻഡ്യയും' 'ഹരിജനു'മാണല്ലോ ഭൂരിഭാഗം ഗാന്ധിസാഹിത്യത്തിന്റെ പ്രമാണരേഖകൾ. വളരെയൊക്കെ ശ്രമിച്ചിട്ടും അവ വിലയ്ക്കോ കടമായോ സമ്പാദിക്കാൻ ഞങ്ങൾക്കു കഴിഞ്ഞില്ല. അതുകൊണ്ട്. 'നവജീവ'ന്റെയും മറ്റു പ്രസിദ്ധീകരണ സ്ഥാപനങ്ങളുടെയും ഗാന്ധിസാഹിത്യസമാഹാരങ്ങളിലെ 'പകർപ്പു'കളാണ് ഞങ്ങൾക്ക് ആശ്രയമായിത്തീന്നത്. പക്ഷേ, അതുകൊണ്ടു കാര്യമായ ഒരു കുറവും ഞങ്ങൾ സഞ്ചയിച്ച ഗാന്ധിസാഹിത്യത്തിന്റെ സൂക്ഷ്മതയ്ക്കോ വിശ്വാസ്യതയ്ക്കോ സംഭവിച്ചിരിക്കയില്ലെന്നാണ് ഞങ്ങളുടെ പ്രത്യാശ, അവയെല്ലാം വിദഗ്ദന്മാർ ശ്രദ്ധാപൂവ്വം പ്രസാധനം ചെയ്ത ഗ്രന്ഥങ്ങളാകകൊണ്ട്. ഞങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളിച്ചിട്ടുള്ള നിദ്ധാരണങ്ങളുടെയെല്ലാം പ്രമാണഗ്രന്ഥങ്ങളും മൂലരേഖകളും ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചിട്ടുമുണ്ട്.

ഏകദേശം ഒരു കൊല്ലംകൊണ്ടു സംഭരണം മിക്കവാറും പൂത്തിയായി. ഞങ്ങളുടെ ജോലിയുടെ അടുത്ത ഘട്ടമായിരുന്നു ഏററവും ശ്രമാവഹം—പ്രസാധനം. വളരെ ശ്രദ്ധയോടും ആലോചനയോടുംകൂടി വേണ്ടിയിരുന്നു അതു നിർവഹിക്കാൻ. സംഭരണം കഴിഞ്ഞപ്പോൾ ടൈപ്പുചെയ്ത ആയിരവും രണ്ടായിരവും താളുകളാണ് ഓരോ പ്രസാധകന്റെയും കൈയിൽ വന്നുചേന്നത്. അതെല്ലാം തിരിഞ്ഞ്, കടഞ്ഞ്, സാരാംശം സമാഹരിക്കേണ്ടിയിരുന്നു. ഒരേ വിഷയത്തെ അധികരിച്ചു വളരെക്കൊല്ലങ്ങളിലായി നടത്തിയിട്ടുള്ള വളരെവളരെ പരാമശങ്ങളുണ്ടാവും. അവയിൽ അനേകം ആശയങ്ങൾ അനേകം പ്രാവശ്യം ആവത്തിച്ചിട്ടുണ്ടാവും. അതേ സമയംതന്നെ ചില പുതിയ ആശയങ്ങളോ വിശദീകരണങ്ങളോ ചിന്നിച്ചിതറി കിടക്കുന്നുമുണ്ടാവും. ചില ആശയങ്ങൾക്കു കാലാന്തരത്തിൽ അല്പം പരിണാമംതന്നെയും സംഭവിച്ചിരിക്കാം. പ്രസാധകൻ ചെയ്യേണ്ടതു് ഒരു വിഷയത്തെ അധികരിച്ച് അദ്ദേഹം ആവിഷ്കരിച്ചിട്ടുള്ള അഭിപ്രായങ്ങളെല്ലാം അപഗ്രഥിച്ച്, കേവലമായ ആവത്തനങ്ങൾ പരിത്യജിച്ച്, കാതലായ ഭാഗങ്ങൾ വ്യവച്ഛേദിച്ചെടുത്ത് ആശയത്തിനു കാലക്രമത്തിൽ വ്യത്യാസമോ വികാസമോ ഉണ്ടായിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ അതുകൂടി വ്യക്തമാകത്തക്കതരത്തിൽ കാലാനുക്രമമായി—ആശയ വൈശദ്യത്തിനുവേണ്ടി ചിലപ്പോൾ കാലക്രമം വിഗണിച്ചും—പരസ്പരം ബന്ധിപ്പിച്ചു. ആ ആശയനിബന്ധത്തിന്റെ പൂണ്ണമായ സ്വരൂപം അദ്ദേഹത്തിന്റെ സ്വന്തം വാക്കുകളിൽ—അതായത്, അദ്ദേഹത്തിന്റെ ലേഖനങ്ങളും ലേഖനഭാഗങ്ങളും കൊണ്ടുതന്നെ—നിമ്മിക്കുകയാണ്.

ഈ രീതിയിലുള്ള പ്രസാധനത്തിൽ പല ലേഖനങ്ങളുടെയും പ്രസക്തങ്ങളായ ഭാഗങ്ങൾ മാത്രമേ നിദ്ധാരണം ചെയ്യാൻ പററുകയു

ള്ളൂ എന്നു സ്പഷ്ടമാണ്. അപ്പോൾ, അതു് ആ ലേഖനങ്ങളോടു ചെയ്യുന്ന കടുംകൈയാകയില്ലേ? ഒരു തരത്തിൽ അതു് ഒരു കടുംകൈയാണെന്നു സമ്മതിക്കാതെ തരമില്ല. പ്രത്യേകിച്ചും ആശയങ്ങളുടെ ഏകാഗ്രതയ്ക്കും വൈശദ്യത്തിനും നിദർശനങ്ങളായ ഗാന്ധിജിയുടെ ലേഖനങ്ങളെ സംബന്ധിച്ച്. പക്ഷേ, ഒന്നു നാം ഓർമ്മിക്കേണ്ടതുണ്ടു്. ഈ ബന്ധദാർഢ്യവും ആശയവൈശദ്യവും ഓരോ പ്രബന്ധത്തെ സംബന്ധിച്ചു് അനുഭവപ്പെടുന്ന ഗുണങ്ങളാണ്. ഒരേ വിഷയത്തെ അധികരിച്ച പല പ്രാവശ്യം രചിച്ചിട്ടുള്ള അനേകം ലേഖനങ്ങൾ ഒരുമിച്ചെടുക്കുമ്പോൾ അവയിൽ ആകെക്കൂടി ഈ ഏകാഗ്രതയോ വൈശദ്യമോ അനുഭവപ്പെടുകയില്ല. കാരണം സ്പഷ്ടമാണ്. ആ ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടിയല്ല അവ എഴുതപ്പെട്ടതു്. ഞങ്ങൾ സ്വീകരിച്ച പ്രസാധനലക്ഷ്യം അവയ്ക്കു് ആകെക്കൂടി ഏകാഗ്രതയും വൈശദ്യവും നല്കുകയാണ്. അഥവാ, അവയിൽ ആകെക്കൂടി രൂപം കൊണ്ടിട്ടുള്ള ആശയം തെളിച്ചെടുക്കുകയാണ്. ബഹുലമായ ആവർത്തനങ്ങളും മുഖ്യമായ ആശയത്തിന്റെ വികാസത്തിൽ അപ്രസക്തങ്ങളായിത്തീരുന്ന അംശങ്ങളും ഒഴിവാക്കുക മാത്രമാണ് അതിനുള്ള മാർഗ്ഗം. ചില ലേഖനങ്ങളുടെ അപഗ്രഥനവും കൃന്തനവുംകൊണ്ടു് അവയുടെ സംയുക്തചൈതന്യത്തിന്റെ ഉദ്ഗ്രഥനവും പൂരണവും പ്രകാശനവുമാണ ഞങ്ങൾ സാധിക്കാൻ യത്നിച്ചിട്ടുള്ളതു്. അതു മാത്രമാണ് ഞങ്ങളുടെ സമാധാനം.

ഒരു ഗ്രന്ഥത്തിനുള്ളിൽ ഒരേ ആശയത്തിന്റെതന്നെ കേവലമായ ആവർത്തനം ഉണ്ടാവാതിരിക്കാൻ ഞങ്ങൾ ശ്രമിച്ചിട്ടുണ്ടു്. ആ ശ്രമത്തിൽ ഞങ്ങൾ സാമാന്യം വിജയിച്ചിട്ടുണ്ടെന്നും തോന്നുന്നു. വിഷയവിഭജനത്തിന്റെ രീതികൊണ്ടു് ഒന്നിലധികം ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ ഒരേ നിർദ്ധാരണങ്ങൾ കടന്നുകൂടുന്നതിനെ തടയാനും ഏറെക്കുറെ കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ടു്. എങ്കിലും പൂർണ്ണമായി ഒഴിവാക്കാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല, കഴിയുമായിരുന്നുമില്ല. ജീവിതത്തിന്റെ ഏതു മണ്ഡലവും അതിന്റെ ഏതു അവാന്തര ഭാഗവും ഗാന്ധിജിയെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം സത്യം, അഹിംസ ഇവയുടെ പരീക്ഷണരംഗമാണ്. അങ്ങനെയാണ് അദ്ദേഹം ചിന്തിച്ചിട്ടുള്ളതും പ്രതിപാദിച്ചിട്ടുള്ളതും. ആ നിലയ്ക്കു് പല മണ്ഡലങ്ങൾക്കും പൊതുവായ ജീവിതപ്രശ്നങ്ങളെപ്പററി പ്രതിപാദിക്കുന്ന സന്ദർഭങ്ങൾ ഒന്നിലധികം ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ സ്ഥാനംപിടിച്ചു എന്നു വരാം. ഒഴിവാക്കാവുന്ന ഒരാവർത്തനമല്ല അതു്. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ അതതു ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ രൂപംകൊള്ളുന്ന ആശയത്തിന്റെ പൂർണ്ണതയ്ക്കു് അവ അനപേക്ഷണീയമായിരിക്കും.

ഇതുവരെ പറഞ്ഞതു പ്രസാധനലക്ഷ്യത്തേയും, പ്രസാധനവിധത്തേയും സംബന്ധിച്ചു് ഞങ്ങൾ സ്വീകരിച്ച ആദർശമാണ്. അതുമാത്രം പറഞ്ഞുനിർത്തിയാൽ ഈ ഗ്രന്ഥങ്ങളെപ്പററി അമിതമായ പ്രതീക്ഷകൾ വായനക്കാരിൽ ഉണ്ടായേക്കാം. ഗ്രന്ഥങ്ങൾ വായിക്കുമ്പോൾ ആ പ്രതീക്ഷകൾക്കു ഭംഗം നേരിട്ടു എന്നും വരാം. അതൊഴിവാക്കു

റാൻ ചില വസ്തുതകൾ ഇവിടെ തുറന്നു പ്രസ്താവിച്ചുകൊള്ളട്ടെ. മഹാത്മാഗാന്ധിയുടെ ആശയപ്രപഞ്ചം സമഗ്രമായി, സാന്ദ്രമായി, സംഗ്രഹമായി ആവിഷ്കരിക്കുക എന്ന പ്രധാന ലക്ഷ്യം നിറവേററാൻ കഴിഞ്ഞു എന്നു ഞങ്ങൾ തെല്ലും അഭിമാനിക്കുന്നില്ല.

ഒന്നാമതായി അങ്ങനെ അവികലമായ ഒരു നവീനശില്പം കൂട്ടി യിണക്കത്തക്ക തരത്തിലല്ല അദ്ദേഹത്തിൽനിന്നു നമുക്കു കിട്ടിയിട്ടുള്ള സാഹിത്യത്തിൻെറ സ്വരൂപം. പല തരത്തിലും വലുപ്പത്തിലുമുള്ള അനേകം കെട്ടിടങ്ങളുടെ സാമഗ്രികൾ സഞ്ചയിച്ച് അവ മാത്രം ഉപ യോഗിച്ച്, പുറത്തുനിന്നു പുതുതായി ഒരു സാമഗ്രിയും ഉപയോഗി ക്കാതെ, ആ കെട്ടിടങ്ങളെല്ലാററിനെയുംകാൾ വലുതും, ഭിന്നമാതൃക യിലുള്ളതുമായ മറെറാരു കെട്ടിടം കെട്ടാൻ ശ്രമിച്ചാൽ ആ ശില്പത്തി നു ചില കുററങ്ങളും കുറവുകളും ഉണ്ടാകാതെ തരമില്ല. അതു പണി യാൻ ഉപയോഗിച്ച സാധനങ്ങൾ ആ വലുപ്പത്തിലും മാതൃകയിലുമു ള്ള ഒരു കെട്ടിടം പണിയാൻ ഉദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടവയായിരുന്നില്ല, എന്നു ള്ളതുതന്നെയാണ് അതിൻെറ കാരണം. അതുപോലെയൊരുദ്യമമാ യിരുന്നു ഞങ്ങളുടേതു്. അതിൻെറ നിർവഹണത്തിൽ അനിവാര്യമാ യ ആ കുററങ്ങളും കുറവുകളും കടന്നുകൂടിയിട്ടുമുണ്ടു്.

പക്ഷേ, ഞങ്ങൾ നിർമ്മിച്ച ശില്പത്തിലെ വൈകല്യങ്ങൾ എല്ലാം ആ ഇനത്തിൽപെട്ടവയാണെന്നു വിശ്വസിക്കുവാൻ ഞങ്ങൾക്കു സാ ദ്ധ്യമല്ല. അവയിൽ ഭൂരിഭാഗത്തിനും ഞങ്ങൾതന്നെയാണുത്തരവാദി കൾ. ആ ഉത്തരവാദിത്വത്തിൽനിന്നു് ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ ഒഴിയു വാൻ ഞങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നുമില്ല.

ഈ പ്രസാധനം കയ്യേററവരിൽ അസി. എഡിററർ ശ്രീ ഉത്തമ ക്കുറുപ്പ് ഒഴിച്ച് എല്ലാവരുംതന്നെ നിയമേന ചുമതലയുള്ള മററു ധാ രാളം ജോലികൾ ഉള്ളവരായിരുന്നു. ഇത്രമാത്രം ശ്രമവും, ശ്രദ്ധയും ആവശ്യപ്പെടുന്ന ഒരു യത്നത്തിനു വേണ്ടുന്ന സാവകാശം ആർക്കുംതന്നെ കിട്ടിയിട്ടില്ല. അവരവർക്കു കിട്ടിയ സാവകാശം ഉപയോഗിച്ച് അവ രവരുടെ കഴിവനുസരിച്ചു ചെയ്ത പ്രയത്നത്തിൻെറ ഫലമാണ് ഈ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ. ഞങ്ങൾ ആരംഭത്തിൽ ഉദ്ദേശിച്ചിരുന്നതു്, ഓരോ ഗ്രന്ഥ ത്തിൻെറയും പ്രസാധനത്തിനു് അതിനു ചുമതലപ്പെട്ട ആൾ മാത്രം പ്രധാന ഉത്തരവാദി ആയിരിക്കുമെങ്കിലും മററുള്ളവരിൽ ആരെങ്കിലും കൂടി അതു പരിശോധിച്ച് അംഗീകരിക്കണം എന്നായിരുന്നു. ഞ ങ്ങൾ ഒരു പ്രസാധകസമിതിയായി പ്രവർത്തിക്കണം എന്ന തീരുമാന ത്തിൻെറ അർത്ഥംതന്നെ അതായിരുന്നു. ചീഫ് എഡിററർ എന്ന നി ലയിൽ, എല്ലാ ഗ്രന്ഥങ്ങളും സശ്രദ്ധം വായിച്ച് എനിക്കു് ആവ ശ്യമെന്നോ അഭിലഷണീയമെന്നോ തോന്നുന്ന പരിഷ്കാരങ്ങൾ നിർദ്ദേ ശിക്കണമെന്നു ഞാനും ആഗ്രഹിച്ചിരുന്നു. എന്നാൽ ഞങ്ങൾക്കെല്ലാവ ർക്കും നേരിട്ട സമയദൗർലഭ്യംകൊണ്ടു് അവരവർ ഏറെറടുത്ത ഗ്രന്ഥത്തി ൻെറ പ്രസാധനംതന്നെയും കഷ്ടിച്ചു നിർവ്വഹിക്കുന്നതിനേ ഞങ്ങൾക്കു

കഴിഞ്ഞിട്ടുള്ളു. പരസ്പരം പരിശോധിക്കുന്നതിനും സഹായിക്കുന്നതിനും ഞങ്ങൾക്കു സാധിച്ചിട്ടില്ല. അതുകൊണ്ടു് ഓരോ ഗ്രന്ഥത്തിന്റെയും ഇപ്പോഴത്തെ രൂപത്തിനു പൂർണ്ണമായും ഉത്തരവാദി പ്രായേണ അതിന്റെ പ്രസാധകൻ മാത്രമാണു്. ഈ നിലയ്ക്കു് ഈ ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ ഒന്നുപോലും കുററമററതാണെന്നോ ഞങ്ങളുടെ ഉദ്ദേശ്യം തികച്ചും സഫലീകരിക്കുന്നതാണെന്നോ ഞങ്ങൾ അവകാശപ്പെടുന്നില്ല.

ഒരാശ മാത്രമേ ഞങ്ങൾക്കല്പം ആശ്വാസം തരുന്നുള്ളു. ഈ പ്രസിദ്ധീകരണത്തിനു് അനേകം കുറവുകൾ ഉണ്ടെങ്കിലും മഹാത്മാഗാന്ധിയുടെ പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്ന ആശയങ്ങളൊന്നും അതിൽ വിട്ടുകളഞ്ഞിട്ടില്ലെന്നാണു് ഞങ്ങളുടെ വിശ്വാസം. അതുകൊണ്ടു പൂർണ്ണതയെത്താത്ത ഈ രൂപത്തിൽപോലും അതു് അദ്ദേഹത്തിന്റെ മഹനീയങ്ങളായ ആദർശങ്ങളും, ആശയങ്ങളും വിശദമായി ഗ്രഹിക്കാൻ മലയാളികളെ സഹായിക്കുമെന്നു ഞങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. ആ പ്രതീക്ഷ സാമാന്യമായിട്ടെങ്കിലും ഫലിച്ചാൽ ഞങ്ങൾക്കും ഗാന്ധിസ്മാരകനിധിക്കും അല്പം ചാരിതാർത്ഥ്യത്തിനു വകയുണ്ടു്.

ഞങ്ങൾ ഇംഗ്ലീഷിൽ തയ്യാർ ചെയ്ത മൂലരൂപങ്ങൾ മലയാളത്തിലേക്കു വിവർത്തനം ചെയ്തതു ഞങ്ങളല്ല. അതിനു നിയുക്തരായ വേറെ ആളുകളാണു്. ആ വിവർത്തനങ്ങളെല്ലാം അസി. എഡിററർ ശ്രീ ഉത്തമക്കുറുപ്പും അതിലേക്കു പ്രത്യേകം നിയമിതനായ ശ്രീ. പി. കെ. പരമേശ്വരൻനായരും ചേർന്നു സശ്രദ്ധം പരിശോധിച്ചു് ആവശ്യാനുസരണം പരിഷ്കരിച്ചിട്ടുണ്ടു്. മലയാളത്തിലേക്കുള്ള ഈ രൂപാന്തരത്തിൽ ഗാന്ധിസാഹിത്യത്തിന്റെ അഴകിനും പൊരുളിനും പറയത്തക്ക ഗ്ലാനിയൊന്നും സംഭവിച്ചിരിക്കയില്ലെന്നു ഞങ്ങൾ പ്രത്യാശിക്കുന്നു.

ഇനി എനിക്കു ചില കുററസമ്മതങ്ങളും ക്ഷമാപണങ്ങളും കൃതജ്ഞതാവചസ്സുകളും മാത്രമേ രേഖപ്പെടുത്താനുള്ളു.

ചീഫ് എഡിററർ എന്ന നിലയിൽ ഞാൻ ചെയ്യാനുദ്ദേശിച്ചിരുന്നതും, അവശ്യം ചെയ്യേണ്ടിയിരുന്നതുമായ പല കാര്യങ്ങളും എനിക്കു ചെയ്യാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല. ഈ ഗാന്ധിസാഹിത്യപരമ്പരയിൽ ഒരു ഗ്രന്ഥത്തിന്റെ—തയ്യാർചെയ്യാൻ ഒരുതരത്തിൽ ഏററവും ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള ഗ്രന്ഥത്തിന്റെ—പ്രസാധനം എനിക്കു് ഏല്ക്കേണ്ടിവന്നു. എന്റെ മററു ബദ്ധപ്പാടുകളിൽനിന്നു പിടിച്ചെടുക്കാൻ കഴിഞ്ഞ സമയം മുഴുവൻ അതപഹരിച്ചുകളഞ്ഞു. എന്നിട്ടും എനിക്കു സംതൃപ്തി തോന്നത്തക്കവണ്ണം അതു ചെയ്തു തീർക്കുവാൻ എനിക്കു കഴിഞ്ഞിട്ടുമില്ല. ഈ പരിതഃസ്ഥിതിയിൽ മററു ഗ്രന്ഥങ്ങളുടെ പ്രസാധനത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം കാര്യമായി എനിക്കു യാതൊന്നുംതന്നെ ചെയ്യാൻ സാദ്ധ്യമായില്ല. എന്റെ ഈ കഴിവുകേടിൽ എനിക്കു ഖേദമുണ്ടു്.

എന്റെ സഹപ്രസാധകന്മാർ, പ്രസാധനത്തിലും ആഫീസ് കാര്യങ്ങളുടെ നിർവ്വഹണത്തിലും ശ്രദ്ധയോടും കൃത്യനിഷ്ഠയോടും വി

ശ്രദ്ധയോടുംകൂടി പ്രവർത്തിച്ചുപോന്ന അസി. എഡിററർ ശ്രീ സി. ഉത്തമക്കുറുപ്പ്, ഞങ്ങൾ തയ്യാർ ചെയ്ത ഗ്രന്ഥങ്ങൾ മലയാളത്തിലേക്കു ചുരുങ്ങിയ സമയംകൊണ്ടു വിവർത്തനം ചെയ്തുതന്ന മിത്രങ്ങൾ, പല സന്ദർഭങ്ങളിലും വളരെ ക്ലേശകരമായ ആഫീസ് ജോലികൾ യാതൊരു വൈമനസ്യവും കാണിക്കാതെ നിർവ്വഹിച്ച ആഫീസിലെ പ്രവർത്തകന്മാർ ഇവരോടെല്ലാം ഞാൻ കൃതജ്ഞനാണ്. ഞാൻ അവരിൽ ചിലരോടൊക്കെ പരിഭവിച്ചിട്ടുണ്ട്, ചിലരെ ദയവില്ലാതെ ഞെരുക്കിയിട്ടുണ്ട്, അപൂർവ്വം സന്ദർഭങ്ങളിൽ മയമില്ലാതെ കുററപ്പെടുത്തിയിട്ടുപോലുമുണ്ട്. അവരെല്ലാവരും സ്നേഹപൂർവ്വം അതെല്ലാം സഹിച്ച് ആവുംവണ്ണം അദ്ധ്വാനിച്ചു ക്ലേശഭൂയിഷ്ഠമായ ഈ സംരംഭം വിജയിപ്പിച്ചവരാണ്. അവരെ ഉപദ്രവിച്ചതിനു മാപ്പ്! അവരുടെ സ്നേഹത്തിനും സഹകരണത്തിനും നന്ദി!

ഈ വലിയ ജോലിയുടെ ഭാരം എന്നെ ഏല്പിച്ച ഗാന്ധിസ്മാരകനിധിയുടെ കേരളശാഖ, പ്രത്യേകിച്ച് അതിൻെറ സഞ്ചാലകനായ ശ്രീ കെ. ജനാർദ്ദനൻപിള്ള, അതിരുകവിഞ്ഞ വിശ്വാസമാണ് എന്നിൽ അർപ്പിച്ചത്. ആ ജോലി ചെയ്തുതീർക്കുന്നതിനു വേണ്ട എല്ലാ സൗകര്യങ്ങളും ചെയ്തുതന്നു. സർവ്വോപരി അതിൻെറ നിർവ്വഹണത്തിൽ സമ്പൂർണ്ണമായ സ്വാതന്ത്ര്യവും എനിക്ക് അനുവദിച്ചു തന്നു. ഇതിനെല്ലാം ഗാന്ധിസ്മാരകനിധിയോടും ശ്രീ ജനാർദ്ദനൻപിള്ളയോടും എനിക്ക് അളവററ കൃതജ്ഞതയുണ്ട്. ഗാന്ധിസ്മാരകനിധികാര്യാലയത്തിലെ മററു പ്രവർത്തകന്മാരും ഞങ്ങളെ പലവിധത്തിൽ സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്. അവർക്കും എൻെറ കൃതജ്ഞത.

എൻെറ ഔദ്യോഗികകൃത്യങ്ങൾക്ക് വിഘ്നംവരാത്ത തരത്തിൽ ഈ ജോലികൂടി ഏറെറടുത്തുകൊള്ളാൻ ആകാശവാണി ഔദാര്യപൂർവ്വം എനിക്കു നല്കിയ അനുവാദമാണ് മഹത്തായ ഈ യത്നത്തിൻെറ ചുമതല ഏല്ക്കാനും ഈ മട്ടിലെങ്കിലും അതു നിർവ്വഹിക്കാനും എനിക്കു സൗകര്യം തന്നത്. ആകാശവാണിയോട് എനിക്കുള്ള കടപ്പാടും, കൃതജ്ഞതയും അനല്പമാണ്.

ദീർഘിച്ചുപോയ ഈ ആമുഖം നിറുത്തുന്നു. ഞങ്ങൾ ഏറെറടുത്ത ജോലി മഹത്തും കഠിനവുമായിരുന്നു. അതിൽ വേണ്ടിടത്തോളം സമയവും ശ്രദ്ധയും ചെലുത്താൻ കഴിയാഞ്ഞതിൽ ഞങ്ങൾക്കെല്ലാവർക്കും കുണ്ഠിതമുണ്ട്. എന്നിരുന്നാലും ഈ വിധത്തിലെങ്കിലും അതു പൂർത്തിയാക്കാൻ കഴിഞ്ഞതിൽ അല്പം ചാരിതാർത്ഥ്യം ഇല്ലാതെയുമില്ല.

മഹാത്മാഗാന്ധിയെപ്പോലെ ലോകശ്രദ്ധയെ ആകർഷിച്ചിട്ടുള്ള മറെറാരു മഹാൻ ഈ അടുത്തകാലത്തെങ്ങും ജീവിച്ചിട്ടില്ല; അദ്ദേഹത്തെപ്പോലെ, സ്വജീവിതത്തെ, അതിൻെറ സകല അംശത്തിലും, സനിഷ്കർഷമായ സത്യാന്വേഷണമായി രൂപാന്തരപ്പെടുത്തിയ മറെറാരാളെ ലോകചരിത്രം ആകെത്തിരഞ്ഞാലും കണ്ടെത്താൻ സാദ്ധ്യമ

ല്ല. ഈ ഗാന്ധിസാഹിത്യഗ്രന്ഥങ്ങൾ അദ്ദേഹത്തിൻെറ മഹനീയവും പാവനവുമായ ആശയപ്രപഞ്ചത്തിലേക്കു കേരളീയരെ ആകർഷിക്കുകയും നയിക്കുകയും ചെയ്യുമെങ്കിൽ, ഭൗതികവും ധാർമ്മികവും ആദ്ധ്യാത്മികവുമായ സകല ജീവിതപ്രശ്നങ്ങളേയുംപററി അദ്ദേഹം പുറപ്പെടുവിച്ചിട്ടുള്ള സുചിന്തിതങ്ങളായ അഭിപ്രായങ്ങളും നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുള്ള പ്രായോഗിക പരിഹാരങ്ങളും ഗ്രഹിക്കുവാൻ സാമാന്യമായെങ്കിലും അവരെ സഹായിക്കുമെങ്കിൽ, പ്രസാധകസമിതിയുടേയും ഗാന്ധിസ്മാരകനിധിയുടേയും പരിശ്രമം പാഴിലായില്ലെന്നു സമാധാനിക്കാം.

തിരുവനന്തപുരം
2-10-1961

കൈനിക്കര എം. കുമാരപിള്ള
ചീഫ് എഡിററർ

മുഖവുര

ഗാന്ധിസ്മാരകനിധിയുടെ കേരളശാഖ പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്ന ഈ ഗാന്ധിസാഹിത്യഗ്രന്ഥാവലിയിൽ ആദ്യത്തെ സമാഹാരമായ 'ഗാർഹികജീവിതം' പ്രസാധനം ചെയ്യുന്ന ജോലിയാണ് എന്നെ ഭരമേല്പിച്ചിരിക്കുന്നത്. സാമൂഹ്യം, രാഷ്ട്രീയം ആദിയായ ജീവിതമണ്ഡലങ്ങളെപ്പോലെ വിസ്തൃതമല്ലെങ്കിലും, വ്യക്തിജീവിതവുമായി ഏററവും അടുത്തു ബന്ധപ്പെട്ടതെന്ന നിലയിൽ ഈ മണ്ഡലത്തിനു് ഗാന്ധിജിയുടെ സവിശേഷശ്രദ്ധ ആകർഷിക്കാൻ സാധിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഗാർഹികബന്ധങ്ങളുടെ ക്രമീകരണം ആരോഗ്യകരമായ സാമൂഹ്യജീവിതത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനവും, വ്യക്തിയുടെ ധാർമ്മികോൽകർഷത്തിനു നിദാനവുമായിത്തീരണമെന്ന നിഷ്കർഷയോടെയാണ് ഗാന്ധിജി ഈ വിഷയം കൈകാര്യം ചെയ്തിരിക്കുന്നത്.

ഗാർഹികബന്ധങ്ങളുടെ ആരംഭം എവിടെയാണ്? ഓരോ മനുഷ്യനും ജനനംമുതൽ മരണംവരെ ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന ഒരു രംഗമാണു ഗൃഹം. അതുകൊണ്ടു്, ഗാർഹികബന്ധങ്ങളുടെ ആരംഭം ജനനത്തിൽ നിന്നുതന്നെയാണെന്നു പറയാം. പക്ഷേ, ഗൃഹം എന്ന 'സ്ഥാപന'ത്തിനു പ്രാഥമ്യം നല്കാതെ, ആ ബന്ധങ്ങൾക്കു് ഒരടിസ്ഥാനം കല്പിക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. അതുകൊണ്ടു് വ്യവസ്ഥാപിതഗാർഹസ്ഥ്യത്തിന്റെ പ്രഥമാദ്ധ്യായമായ വിവാഹംതന്നെയാണ് ഇവിടെ ആദ്യം ചർച്ച ചെയ്യപ്പെടുന്നതു്. ആകെ അഞ്ചു മുഖ്യഖണ്ഡങ്ങളുള്ള ഈ സമാഹാരത്തിൽ ആദ്യഖണ്ഡമാണതു്—വിവാഹം. അതിനെത്തുടന്നു് പുരുഷനും ഭാര്യയും തമ്മിലുള്ള ബന്ധങ്ങൾ, കുട്ടികളെ വളർത്തൽ, ആരോഗ്യം, ശുചിത്വം, വ്യായമം, ആദിയായവ, ഗാർഹികസമ്പദ്‌വ്യവസ്ഥ എന്നിങ്ങനെ നാലു ഖണ്ഡങ്ങൾ കൂടിയുണ്ട്.

വിവാഹമെന്ന ആദ്യഖണ്ഡത്തിൽ ഏതദ്വിഷയകമായി രക്ഷിതാക്കൾക്കുള്ള അധികാരാവകാശങ്ങൾ, പലപ്പോഴും അവ ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തുന്ന സമ്പ്രദായം, യുവാക്കൾക്കുണ്ടായിരിക്കേണ്ട സ്വാതന്ത്ര്യം എന്നിവ പല അദ്ധ്യായങ്ങളിലായി വിശദീകരിച്ചിരിക്കുന്നു. ശൈശവവിവാഹത്തിന്റെ തിക്തഫലങ്ങൾ സ്വയം അനുഭവിക്കേണ്ടി വന്ന ഗാന്ധിജി ആ ദുരാചാരത്തെ നിർദ്ദാക്ഷിണ്യം എതിക്കുന്നു. ഈ എതിർപ്പിന്നിടയ്ക്കു്, വിവാഹകർമ്മത്തിന്റെ വിശുദ്ധിയേക്കുറിച്ചും, മഹനീയമായ ലക്ഷ്യത്തേക്കുറിച്ചും പരിചിന്തനാർഹമായ അനേകം നിരീക്ഷണങ്ങൾ അദ്ദേഹം നിർവ്വഹിക്കുന്നു. വൈഷയികമായ ആസ്വാദനത്തിനായി വൈവാഹികജീവിതത്തിലേപ്പെടുന്നവർ വിവാഹത്തിന്റെ ഉദ്ദേശ്യം വിസ്മരിക്കുക മാത്രമല്ല, കീഴ്മേൽ മറിക്കുകകൂടി ചെയ്യുന്നുവെന്നു് അദ്ദേഹം വ്യക്തമാക്കുന്നു. അത്തരം ആസ്വാദത്തിനു് അന്യഥാ

അപരിമേയമായി ലഭിക്കുമായിരുന്ന അവസരങ്ങൾ പരിമിതപ്പെടുത്തുന്ന ഒരു സംയമോപാധിതന്നെയാണ് വിവാഹം. വിധവയുടേയും വിഭാര്യൻേറയും പുനർവിവാഹം ഏതെങ്കിലും ആചാരത്തിൻെറ പേരിൽ തടയേണ്ടതല്ല. കേവലം വിഷയാസക്തിമൂലം വൃദ്ധരും വിഭാര്യരുമായ ആളുകൾ തങ്ങളുടെ മക്കളാകാൻപോലും പ്രായമില്ലാത്ത പെൺകുട്ടികളെ 'വിലയ്ക്കു വാങ്ങാൻ' തുടങ്ങുമ്പോൾ, അവൎക്കു ശിക്ഷയായി സാമൂഹ്യബഹിഷ്കരണംവരെ അദ്ദേഹം വിധിക്കുന്നുണ്ട്. സ്ത്രീധനം വിവാഹത്തിന്നൊരു വ്യവസ്ഥയാക്കുന്ന പുരുഷന്മാരെ അയോഗ്യരായിത്തള്ളാൻ അദ്ദേഹം ഉപദേശിക്കുന്നു. വിവാഹത്തിൻെറ ഉത്കൃഷ്ടോദ്ദേശ്യം യുവാക്കൾക്കു ബോദ്ധ്യമാക്കിക്കൊടുക്കാൻ ആവശ്യമായ മതകൎമ്മങ്ങളല്ലാതെ, വ്യയഹേതുകമായ യാതൊരാഘോഷവും വിവാഹത്തിനാവശ്യമില്ലെന്നദ്ദേഹം ഉന്നിപ്പറയുന്നു. വൎണ്ണം, മതം എന്നിവയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള വിവാഹനിയന്ത്രണങ്ങൾ, ഒരർത്ഥത്തിൽ, ഒട്ടൊക്കെ സംശയത്തിനു സഹായമാണ്. പക്ഷേ, ആ അടിസ്ഥാനങ്ങൾതന്നെ സാമൂഹ്യമായ ഐകമത്യത്തിനും ഭദ്രതയ്ക്കും ഹാനികരമായിത്തീരുമ്പോൾ മിശ്രവിവാഹങ്ങൾ സ്വാഗതാൎഹമാണെന്ന് അദ്ദേഹം ഉദ്ബോധിപ്പിക്കുന്നു: അവയെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

പുരുഷനും ഭാര്യയും തമ്മിലുള്ള സാമാന്യബന്ധങ്ങൾ, ലൈംഗികബന്ധങ്ങൾ, ജനനനിയന്ത്രണം എന്നിവയാണ് രണ്ടാംഖണ്ഡത്തിൽ ചർച്ച ചെയ്യപ്പെടുന്ന വിഷയങ്ങൾ. സ്ത്രീപുരുഷസമത്വത്തിൻെറ പശ്ചാത്തലത്തിലാണ് ഗാന്ധിജി അവർ തമ്മിലുള്ള സാമാന്യബന്ധങ്ങൾ വിശകലനം ചെയ്യുന്നത്. രണ്ടുപേരുടേയും പ്രവൎത്തനമണ്ഡലങ്ങൾ, അവരിലൊരാൾക്ക് മറേറ ആളേക്കാൾ ഉയർച്ചയോ താഴ്ചയോ ഉണ്ടെന്ന ധാരണയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ നിൎണ്ണയിക്കുന്നതിന് അദ്ദേഹം എതിരാണ്. എന്നാൽ സ്ത്രീയുടേയും പുരുഷൻേറയും നൈസൎഗ്ഗികസിദ്ധികൾക്കു വ്യത്യാസമുണ്ടെന്നും, അവ പരസ്പരവിരുദ്ധങ്ങളല്ല, പരസ്പരപൂരകങ്ങൾ മാത്രമാണെന്നും അംഗീകരിച്ചുകൊണ്ടുള്ള കൎത്തവ്യവിഭജനം കുടുംബത്തിൻേറയും ഭാവിതലമുറയുടേയും, സമൂഹത്തിൻേറയും ആരോഗ്യകരമായ പരിണാമത്തിനു നിദാനമാണ്. സ്നേഹഭക്തിബഹുമാനാദി ഭാവങ്ങൾ ഇവരിൽ ഒരു വിഭാഗം മാത്രം മറുഭാഗത്തോടു കാണിക്കേണ്ടതല്ല. നിയമപരമായി ഒരു ഭാഗത്തിനുള്ള യാതൊരാനുകൂല്യവും മറുഭാഗത്തിനു നിഷേധിച്ചുകൂടാ. ലൈംഗികബന്ധങ്ങളെക്കുറിച്ചു പ്രതിപാദിക്കുന്നിടത്ത് മനുഷ്യൻെറ ആത്മീയോന്നതിക്ക് അനുപേക്ഷണീയമായ ധാൎമ്മികവ്യാപാരവിധികളെല്ലാം ഗാന്ധിജി എടുത്തുനിരത്തുന്നു. കേവലം വിഷയാസ്വാദനത്തിനുമാത്രമായി ഈ ബന്ധം കൈകാര്യം ചെയ്യുന്ന ഭാര്യാഭൎത്താക്കന്മാർ, പ്രകൃതിസിദ്ധമായ—ഈശ്വരദത്തമായ—കഴിവുകൾ പരമാവധി വളൎത്തുവാനും ഉയൎത്തുവാനുമായി മനുഷ്യനിൽ നിക്ഷിപ്തമായിരിക്കുന്ന അത്യത്ഭുതശക്തിയുടെ ദുൎവ്വിനിയോഗമെന്ന മഹാപാപമാണു ചെയ്യുന്നത്.

സന്താനോല്പാദനമെന്ന ഉൽകൃഷ്ടോദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടിയല്ലാതെ ലൈംഗികബന്ധത്തിലേർപ്പെടുവാൻ ദമ്പതികൾക്കവകാശമില്ല. 'പിശാചിന് അവൻെറ പങ്കു കൊടുത്തേക്കുക' എന്ന അലംഭാവം ഗാന്ധിജി അംഗീകരിക്കുന്നില്ല ഈ വിഷയത്തിൽ. വിവാഹബന്ധത്തിനു പുറത്തുള്ള അത്തരം ബന്ധങ്ങളെപ്പററി പറയേണ്ടതുമില്ലല്ലോ. ഈ ഖണ്ഡത്തിൽ ഏററവും ദീർഘമായി പ്രതിപാദിച്ചിരിക്കുന്ന വിഷയം ജനനനിയന്ത്രണമാണ്. ജനനനിയന്ത്രണത്തിൻെറ അത്യാവശ്യകത അദ്ദേഹം അംഗീകരിക്കുന്നുണ്ട്—അതിൻെറ അടിസ്ഥാനോദ്ദേശ്യം ജനസംഖ്യാനിയന്ത്രണമെന്ന പ്രശസ്തോദ്ദേശ്യത്തിൽനിന്നു തുലോം വ്യത്യമാണ്, തികച്ചും ധാർമ്മികമാണു,എന്നുമാത്രം. എന്നാൽലൈംഗികബന്ധത്തെക്കുറിച്ച് അദ്ദേഹത്തിനുള്ള ദൃഢാഭിപ്രായത്തിൻെറ വെളിച്ചത്തിൽ, ഏതുതരം ജനനനിയന്ത്രണോപാധിയാണ് അദ്ദേഹം അനുവദിക്കുകയെന്നു സ്പഷ്ടമാണ്. കൃത്രിമഗർഭനിരോധനോപകരണങ്ങളോട് വിട്ടുവീഴ്ചയില്ലാത്ത എതിർപ്പാണ് അദ്ദേഹത്തിനുള്ളത്. കാരണം, കൃത്രിമോപകരണങ്ങളുടെ പിന്നിൽ, സന്താനോല്പാദനേച്ഛയില്ലാത്തുള്ള ലൈംഗികബന്ധംകൊണ്ടു് വൈകാരിക സംതൃപ്തിയുണ്ടാക്കേണ്ടതു് ഒരാവശ്യമാണെന്ന സിദ്ധാന്തമാണുള്ളതു്. അതദ്ദേഹം ഒരിക്കലും അംഗീകരിക്കുന്നില്ല. വളരെക്കാലം വിഷയാസക്തിക്കധീനനായിട്ടാണ് താനും കഴിഞ്ഞുകൂടിയതെന്ന് പശ്ചാത്താപപൂർവ്വം അനുസ്മരിച്ചു കൊണ്ടാണ്, ആ പിശാചിൻെറ പിടിയിൽ പെടാതിരിക്കാൻ അദ്ദേഹം യുവാക്കളെ ഉപദേശിക്കുന്നതു്. തനിക്ക് ഈ ബോധോദയം ഉണ്ടായ അന്നുമുതൽ പ്രതിജ്ഞാപൂർവ്വം അത്തരം ജീവിതത്തിൽനിന്ന കന്നു നിന്നുകൊണ്ടു്, അദ്ദേഹം വിശിഷ്ടമായ ഒരു മാതൃക എല്ലാവർക്കും വേണ്ടി സൃഷ്ടിച്ചിട്ടുമുണ്ടു്. ആത്മനിയന്ത്രണംകൊണ്ടു മാത്രം ജനനനിയന്ത്രണം സാധിക്കുകയെന്ന ഈ സിദ്ധാന്തത്തിൽ, മനുഷ്യൻ തന്നിൽ നിക്ഷിപ്തമായിരിക്കുന്ന ജീവോർജ്ജത്തെ ശാരീരകവും മാനസികവും ആദ്ധ്യാത്മികവുമായ ഉദാത്തശക്തിയായി പരിണമിപ്പിക്കണമെന്നും, ആ പരിണതസിദ്ധിവിശേഷം ലോകസേവനത്തിന്നായി വിനിയോഗിക്കണമെന്നുമുള്ള ആശകൂടി ഗാന്ധിജി വ്യക്തമായി ഉൾക്കൊള്ളിച്ചിരിക്കുന്നു. ബ്രഹ്മചര്യം, തീക്ഷ്ണപരീക്ഷണങ്ങൾക്കു സ്വയം വിധേയനായിക്കൊണ്ടു്, 1906 മുതൽ ജീവിതാന്ത്യംവരെ അദ്ദേഹം അനുഷ്ഠിച്ചുവന്ന ഒരു മഹാവ്രതമായിരുന്നു. സന്താനനിയന്ത്രണത്തിനുവേണ്ടി പരിമിതാർത്ഥത്തിൽ അനുഷ്ഠിക്കുന്ന ബ്രഹ്മചര്യവും, സാക്ഷാൽ പരബ്രഹ്മപ്രാപ്തി ലക്ഷ്യമാക്കിക്കൊണ്ടുള്ള സർവ്വേന്ദ്രിയനിഗ്രഹപരമായ ബ്രഹ്മചര്യവും തമ്മിൽ സാരമായ അന്തരമുണ്ടു്. ആദ്യം സൂചിപ്പിച്ച പരിമിതാർത്ഥത്തിലുള്ള ബ്രഹ്മചര്യത്തിൻെറ വിജയത്തിനുതന്നെ യഥാർത്ഥബ്രഹ്മചര്യത്തിലെ നാനാമുഖമായ നിഷ്ഠകൾ—ഭക്ഷണം, ചിന്ത ആദിയായവയുടെ നിയന്ത്രണം—ആവശ്യമാണ്. അതുകൊണ്ടു് ബ്രഹ്മചര്യത്തേക്കുറിച്ചു വളരെ സംക്ഷിപ്തമല്ലാത്ത ഒരു ചർച്ചകൂടി ഈ ഖണ്ഡത്തിൻെറ അവസാനം ചേർത്തിരിക്കുന്നു.

കുട്ടികളെ വളർത്തുന്നതിനെപ്പററി മൂന്നാം ഖണ്ഡത്തിൽ പ്രതിപാദിച്ചിരിക്കുന്നു. ജന്മനാ ശിശുക്കൾ നിഷ്കളങ്കരാണെന്ന് ആരും സമ്മതിക്കുമല്ലൊ. വളർന്നുവരുമ്പോളാണ് ലോകത്തിന്റെ കാപട്യങ്ങൾ അവരിൽ പ്രതിഫലിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നത്. അപ്പോൾ, വളരുന്ന കുട്ടികളുടെ മനസ്സിനേയും ബുദ്ധിയേയും നിയന്ത്രിക്കുന്ന സാഹചര്യങ്ങൾക്ക് എന്തോ തകരാറുണ്ടെന്ന് സിദ്ധിക്കുന്നു. ഈ തകരാറ് അറിഞ്ഞ്, പരിഹരിച്ച്, നൈസർഗ്ഗികമായ നിഷ്കന്മഷതയിൽതന്നെ വളർന്നുവരുവാൻ കുട്ടികൾക്ക് അവസരമുണ്ടാക്കിക്കൊടുക്കുകയാണ് മാതാപിതാക്കളുടെ കർത്തവ്യമെന്ന് ഗാന്ധിജി ഉദ്ബോധിപ്പിക്കുന്നു. അപത്യവാത്സല്യം കേവലം വൈകാരികമാകാതെ ബുദ്ധിപൂർവ്വകംകൂടി ആകുക, വാത്സല്യത്തിന്റെ പേരിൽ ചിന്താശൂന്യമായി നല്കപ്പെടുന്ന ലാളനകൾകൊണ്ട് ബാലമനസ്സിന്റെ അഭിരുചികളെ തലതിരിക്കാതിരിക്കുക, തങ്ങളുടെ സംസ്കാരവും സ്വഭാവഗുണവുമാണ് മക്കൾക്ക നല്കാൻ തങ്ങളുടെ കൈയിലുള്ള—ഉണ്ടാകേണ്ട—പൈതൃകസ്വത്തെന്ന ബോധം മാതാപിതാക്കൾക്കുണ്ടാവുക—ഇത്രയുമായാൽ ശിശുപരിപാലനത്തിന്റെ സാമാന്യരൂപത്തിനു പശ്ചാത്തലമൊരുക്കിക്കഴിഞ്ഞു. ഈ പശ്ചാത്തലത്തിൽ ശ്രദ്ധയോടെ പ്രവർത്തിച്ചാൽ സദനുഭൂതികളിലേക്ക് ശിശുക്കളുടെ ശ്രദ്ധയേയും, ശിശുഹൃദയ ളിലേക്ക് സദ്വികാരങ്ങളേയും വിനിവേശിപ്പിക്കുക സുകരമാണ്.

ആരോഗ്യശാസ്ത്രസംബന്ധമാണ് നാലാം ഖണ്ഡം. ഭക്ഷണം, വ്യായാമം, ശുചിത്വം, രോഗചികിത്സ മുതലായ വിഷയങ്ങൾ ഇവിടെ ചർച്ചചെയ്യപ്പെടുന്നു. ഭക്ഷണത്തിന്റെ സാമ്പത്തികവശം, ആദ്ധ്യാത്മികവശം, പോഷകമൂല്യം, സസ്യാഹാരചര്യ, ലഹരിപാനീയങ്ങൾ എന്നിവയെല്ലാം സ്പർശിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. രസനയുടെ തൃപ്തിക്കുവേണ്ടി ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നത് ഒരു വിധത്തിലും അംഗീകാര്യമല്ലെന്നും, ശരീരപോഷണം വികാരനിയന്ത്രണം, സസ്യങ്ങളുൾപ്പെടെയുള്ള ജീവജാലങ്ങളുടെ നേരെ ഏററവും കുറഞ്ഞ ഹിംസ എന്നിവയായിരിക്കണം ഭക്ഷണത്തിന്റെ ക്രമീകരണത്തിൽ നിയാമകോദ്ദേശ്യങ്ങളെന്നും ഗാന്ധിജി വ്യക്തമാക്കുന്നു. ഈ ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ മുൻനിർത്തി ഗാന്ധിജി നടത്തിയ എണ്ണമററ പരീക്ഷണങ്ങളിൽ ചിലതും ഇതിലുൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു. വ്യായാമത്തിന്റെ അത്യാവശ്യകത അദ്ദേഹം അംഗീകരിക്കുന്നു. പക്ഷേ, വ്യായാമം ഏതെങ്കിലും ഉല്പാദനക്ഷമമായ—അഥവാ വ്യയന്യൂനീകരണ സമർത്ഥമായ—അദ്ധ്വാനത്തിന്റെ രൂപത്തിലായാൽ അധികം നന്ന്. അതുപോലെതന്നെ ശുചീകരണം സമൂഹത്തിന്റെ പൊതുവായ ആരോഗ്യവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഒന്നാണെങ്കിലും അതു സഫലമായി നിർവ്വഹിക്കപ്പെടുന്നതിന് ഓരോ വ്യക്തിക്കും ശുചീകരണബോധമുണ്ടാവുകയും, ശുചീകരണ പ്രവൃത്തി നികൃഷ്ടമാണെന്ന ധാരണ മാറുകയും, വ്യക്തികളും ഗൃഹങ്ങളും വഴിയായി ശുചീകരണപരിശീലനം സാർവ്വത്രികമാവുകയും വേണമെന്ന് അദ്ദേഹം സ്ഥാപിക്കുന്നു. മലിനവസ്തുക്കളെ വളമാക്കി, അതായതു

പണമാക്കി, മാററുകയെന്നൊരു സാമ്പത്തികവശവും ശുചീകരണ ത്തിനുണ്ട്. പല രോഗങ്ങളും വരാതെകഴിക്കുന്ന ഒരു പ്രതിരോധ ചികിത്സകൂടിയാണു ശുചീകരണം. ഈ ഖണ്ഡത്തിൽ അവസാനത്തെ രണ്ടദ്ധ്യായങ്ങളിലായി രോഗവും ചികിത്സയുമെന്ന വിഷയം സുദീ ർഘമായി ചർച്ചചെയ്യപ്പെടുന്നു. പ്രകൃതിയുടെ ഏതെങ്കിലുമൊരു നിയ മത്തിൻെറ ലംഘനമാണ് ഏതു രോഗത്തിനും കാരണമെന്ന അടി സ്ഥാനത്തിലാണ് ഗാന്ധിജിയുടെ പരിചിന്തനം. പഞ്ചഭൂതാത്മക മാണല്ലോ ശരീരം. അതുകൊണ്ട് ആ പഞ്ചഭൂതങ്ങളെത്തന്നെ ഉപ യോഗപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ടുള്ള പ്രകൃതിചികിത്സാപദ്ധതിയോടാണ് അദ്ദേഹത്തിനു് ആഭിമുഖ്യം. ശരീരം, ബുദ്ധി, മനസ്സ് എന്നിവയുടെ പൂർണ്ണവികാസത്തിനും ആത്മാവിൻെറ ഉദ്ഗതിക്കും നിദാനമായ ബ്രഹ്മചര്യവും ആരോഗ്യത്തിൻെറ പൂർണ്ണതയ്ക്കു് അനുപേക്ഷണീയമാ ണു്. അവസാനം 'രാമനാമം'—ഈശ്വരാശ്രയം—സകലരോഗവി നാശകമായ സിദ്ധൗഷധമാണെന്ന വിശ്വാസത്തിലെത്തി അദ്ദേഹം ഉറച്ചുനില്ക്കുന്നു. ദൃഢമായ വിശ്വാസത്തിനും, ഈശ്വരസാമീപ്യാനുഭൂതി യോടുകൂടിയ പ്രാർത്ഥനയ്ക്കും ഹൃദയത്തെ തികച്ചും ശുദ്ധീകരിക്കാൻ കഴിയുന്നു. ഹൃദയശുദ്ധിയുള്ളവരുടെ ശരീരവും ശുദ്ധമായിത്തീരുന്നു. അരോഗമായിത്തീരുന്ന കാരണം, പ്രകൃതിനിയമങ്ങളെ, അഥവാ ഈശ്വരനിയമങ്ങളെ, അയാൾ ഉല്ലംഘിക്കുന്നില്ല.

അവസാനഖണ്ഡത്തിൽ പ്രതിപാദിച്ചിരിക്കുന്നതു് ഗാർഹികസ മ്പദ്‌വ്യവസ്ഥയാണ്. ഗാന്ധിജിയുടെ പ്രവർത്തനമണ്ഡലങ്ങളിൽ അതി പ്രധാനമായ ഒന്നായിരുന്നുവല്ലോ സാമ്പത്തികമണ്ഡലം. പുതി യൊരു സമ്പദ്‌വ്യവസ്ഥ ആസൂത്രണം ചെയ്യാൻ മുതിർന്നില്ലെങ്കിലും ദേശകാലോചിതമായ ഒരു പുതിയ സാമ്പത്തികവീക്ഷണം നമ്മി ലുളവാക്കാൻ അദ്ദേഹത്തിനു തികച്ചും സാധിച്ചിട്ടുണ്ട്. വൻകിട വ്യ വസായങ്ങൾ, സാങ്കേതികവിജ്ഞാനം എന്നിവയുടെ അടിസ്ഥാന ത്തിൽ, ഗ്രാമീണവും വ്യക്തിപരവുമായ ഉദ്യമങ്ങൾക്കു സ്ഥാനമില്ലാ ത്ത ഒരു സമ്പ്രദായത്തിലൂടെ വികസിക്കാൻ തുടങ്ങിയ ആധുനിക സമ്പദ്‌വ്യവസ്ഥയുടെ ദൂഷ്യവശങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുകയും, സകലജന ങ്ങളുടേയും ഭൗതികക്ഷേമത്തിനും ആദ്ധ്യാത്മികോദ്ഗതിക്കും ഉത കുന്ന ഒരു നൂതനസംവിധാനത്തിലേക്കു നമ്മുടെ ശ്രദ്ധ തിരിക്കുകയു മാണദ്ദേഹം ചെയ്യുതു്. ഈ സംവിധാനത്തിൽ ഓരോ വ്യക്തിക്കും, വ്യക്തികൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന കുടുംബങ്ങൾക്കും സ്ഥാനമുണ്ട്. അതുകൊ ണ്ടു്, സ്വന്തം ആഹാരത്തിനുവേണ്ടി ഓരോ വ്യക്തിയും അദ്ധ്വാനിക്ക ണം, അവനവനു് വേണ്ടതിലധികം ഒന്നും സംഭരിച്ചു വെയ്ക്കരുതു്, വ്യയം കർശനമായി നിയന്ത്രിക്കണം, ആയവ്യയങ്ങളുടെ കണക്കു കൾ സത്യസന്ധതയോടെ സൂക്ഷിക്കണം എന്നീ സിദ്ധാന്തങ്ങൾ അദ്ദേഹം ഉന്നയിക്കുന്നു. ഇതിൽ പുതുമയൊന്നും ഒററ നോട്ടത്തിൽ കാ ണുകയില്ല. എന്നാൽ സമൂഹക്ഷേമത്തിലുള്ള താല്പര്യവും സമൂഹത്തോ ടുള്ള ഉത്തരവാദിത്തബോധവുമാണു് ഈ നിഷ്ഠകളുടെ പിന്നിലുണ്ടാ

കേണ്ട പ്രേരകശക്തിയെന്നറിയുമ്പോഠം ഇവയുടെ ഔൽകൃഷ്ട്യത്തി ൻെറ ഒരു ക്ഷണദർശനം നമുക്കണ്ടാകുന്നു. ഗാർഹികമണ്ഡലം കേന്ദ്രമാക്കി നിർവ്വഹിക്കപ്പെടുന്ന കൃഷി, ഗോസേവ, ഖാദിയുൽപ്പാദനം എന്നീ വയെപ്പററി ഈ ഖണ്ഡത്തിൽ ചുരുക്കത്തിൽ പ്രതിപാദിച്ചിട്ടുണ്ടു്. സഹകരണത്തോടുകൂടിയ കൂട്ടുജീവിതത്തെപ്പററി അറിയാൻ ഇതിലെ ആദ്യത്തെ അദ്ധ്യായം ഒട്ടൊന്നുപകരിക്കുമെങ്കിലും, ആഫ്രിക്കയിലും ഇന്ത്യയിലും ഗാന്ധിജി നയിച്ച ആശ്രമജീവിതം ശ്രദ്ധിച്ചു പഠിച്ചാലേ ആ അറിവിനു പൂർണ്ണതയുണ്ടാവൂ.

ഈ സമാഹാരം ആദ്യവസാനം സശ്രദ്ധം വായിക്കുന്ന ഒരാഠംക്കു പൂർണ്ണമായി ഗാർഹികപരിധിയിലുഠംപ്പെടാത്ത പല ഭാഗങ്ങളും കണ്ടെത്താൻ കഴിഞ്ഞേക്കും. ഗാർഹികരംഗത്തേക്കാഠം സാമൂഹ്യരംഗത്തിനു കൂടുതൽ അനുയോജ്യമായ ചില ഭാഗങ്ങളും ഇല്ലാതില്ല. സാമ്പത്തിക കാര്യങ്ങളെപ്പററി പറയുമ്പോഠം രാജ്യവ്യാപകമായ സമ്പദ്‌വ്യവസ്ഥയുടെ ചിലവശങ്ങളെക്കുറിച്ചു പരാമർശമുണ്ടു്. ഉദാഹരണങ്ങഠം എടുത്തു പറഞ്ഞാൽ അസംഖ്യമുണ്ടാവും. പക്ഷേ, ഗാന്ധിജിയുടെ വചനങ്ങളിൽ നിന്നു് ഒരു തിരഞ്ഞെടുപ്പു നടത്തുമ്പോഠം സ്വാഭാവികമായി സംഭവിക്കുന്നതാണു് ഇതു്, തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന വചനങ്ങഠം പല കാലങ്ങളിലും, പല സന്ദർഭങ്ങളിലും പറഞ്ഞതാവും. മാത്രമല്ല, യാതൊരു വിഷയവും ഒററതിരിച്ചെടുത്തു ചിന്തിക്കുവാൻ അദ്ദേഹം ഒരുങ്ങിയിട്ടുമില്ല. പരാമർശിക്കുന്ന വിഷയം എന്തായാലും വളരെ വിശാലമായ ഒരു കാഴ്ചപ്പാടിലൂടെയായിരിക്കും അദ്ദേഹം അതിനെ വീക്ഷിക്കുന്നതു്. അതുകൊണ്ടു ഗാർഹികജീവിതത്തെക്കുറിച്ചു ഗാന്ധിജിക്കുള്ള അഭിപ്രായങ്ങഠം പ്രസ്പഷ്ടമാക്കുമാറു് അദ്ദേഹത്തിൻെറ വചനങ്ങഠം ക്രോഡീകരിക്കുമ്പോഠം, സാമൂഹ്യമോ ദേശീയമോ ആയ പ്രതിഫലനങ്ങഠം അവയിൽ ഭാഗികമായി കാണാതെ വയ്യ. ഇതു് സാഹിത്യത്തിൽ പറയുന്ന ഏകാഗ്രതയുടെ അഭാവമല്ല, സമഗ്രമായ ജീവിതവീക്ഷണത്തിൻെറ സ്വാഭാവികഫലം മാത്രമാണു്.

വ്യക്തിജീവിതത്തെക്കുറിച്ചു ഗാന്ധിജിക്കു പറയാനുള്ളതു് ആകെപ്പാടെ ശ്രദ്ധിച്ചുകഴിയുമ്പോഠം, അദ്ദേഹത്തിൻെറ വ്യക്തിസ്വാതന്ത്ര്യവാദവും, സാമൂഹ്യക്ഷേമവാദവുംതമ്മിൽ വേർതിരിയുന്നതെവിടെയാണു് എന്നു് ഒരു നിമിഷം നാം ശങ്കിച്ചുപോകുമെന്നു തോന്നാറുണ്ടു്. സമൂഹത്തിനുവേണ്ടി പരമാവധി ത്യാഗം സഹിക്കുവാൻ വ്യക്തി ഒരുങ്ങണമെന്നു് അദ്ദേഹത്തിനു നിഷ്കർഷയുണ്ടു്. പക്ഷേ, അതു് ആരുടെയും നിർബന്ധമോ നിർദ്ദേശമോ അനുസരിച്ചല്ല, വ്യക്തിഗതമായ പരക്ഷേമേച്ഛകൊണ്ടുതന്നെയായിരിക്കണം; അഥവാ ബന്ധനങ്ങളിൽനിന്നു് സ്വാത്മാവിനെ പരമാവധി മുക്തമാക്കാനുള്ള വ്യക്തിയുടെ ഇച്ഛമൂലമായിരിക്കണം. ത്യാഗം സമൂഹത്തിനുവേണ്ടിയാണു്; സ്വാതന്ത്ര്യം തനിക്കുവേണ്ടിയും. ഇവ രണ്ടും പരസ്പരാനുപാതികമായി വദ്ധിക്കുന്നുവെന്നു് അദ്ദേഹം വ്യക്തമാക്കിത്തരുന്നു. സ്വജീവിതത്തിൽ കരണത്രയംകൊണ്ടും ഈ സിദ്ധാന്തം പ്രായോഗികമാക്കിയി

ട്ടുമുണ്ട് അദ്ദേഹം. ഗാന്ധിജിയെപ്പോലുള്ളൊരു മഹാത്മാവിന്റെ ദർശനം എങ്ങനെ മറിച്ചാവും? സർവ്വസ്വത്യാഗത്തിലൂടെ വിശ്വജിത്താവാൻ പഠിപ്പിച്ച സംസ്കാരവിശേഷമാണല്ലോ അദ്ദേഹത്തിന് ഉയിരും ആവേശവും നല്കിയത്!

ഈ ഗ്രന്ഥം പ്രസാധനം ചെയ്യാനുള്ള ഭാഗ്യം എനിക്കുണ്ടാക്കിത്തന്നതിന് പ്രസിദ്ധീകരണസമിതിയോടും സഞ്ചാലക് ശ്രീ ജനാർദ്ദനൻ പിള്ള അവർകളോടും എനിക്ക് അവാച്യമായ കൃതജ്ഞതയുണ്ട്. വിഷയാപഗ്രഥനം മുതൽ അവസാനംവരെ,പ്രസാധനത്തിന്റെ വിവിധ ഘട്ടങ്ങളിൽ നിർദ്ദേശങ്ങളും ഉപദേശങ്ങളും നല്കി എന്നെ സഹായിക്കുകയും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും ചെയ്ത ചീഫ് എഡിററർ ശ്രീ കൈനിക്കര എം. കുമാരപിള്ള അവർകളോടും ഗ്രന്ഥത്തിന്റെ കരടു പകർപ്പു പരിശോധിച്ച് വളരെ പ്രധാനമായ ചില ഭേദഗതികൾ നിർദ്ദേശിച്ച പ്രൊഫസർ കെ. എസ്. ലക്ഷ്മണപ്പണിക്കർ അവർകളോടും എനിക്ക് അതിരററ കടപ്പാടുണ്ട്.

ഈ സമാഹാരത്തിൽ അപാകതകളുണ്ടാകും. ഒരു പ്രത്യേക വിഷയത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഗാന്ധിയൻ ചിന്തകളുടെ സമാഹാരമെന്ന നിലയിൽ ഇതിനു വളരെ അപൂർണ്ണതയുണ്ടാകും. അതിന് പ്രസാധകൻ മാത്രമാണ് ഉത്തരവാദി. കേവലമൊരു വിദ്യാർത്ഥിയെന്ന നിലയിൽ മാത്രമേ എനിക്ക് ഈ വിഷയത്തേയും ആ ലോകാചാര്യനേയും സമീപിക്കാൻ സാധിച്ചിട്ടുള്ളു. ഈ ഉദ്യമത്തിൽ എനിക്കു കൈമുതലായിരുന്നിട്ടുള്ളതു പ്രാഗത്ഭ്യമല്ല, ഭക്തിപൂർവ്വമായ ശ്രദ്ധ മാത്രമാണ്.

തിരുവനന്തപുരം
2-10-1961

സി. ഉത്തമക്കുറുപ്പ്

വിഷയവിവരം

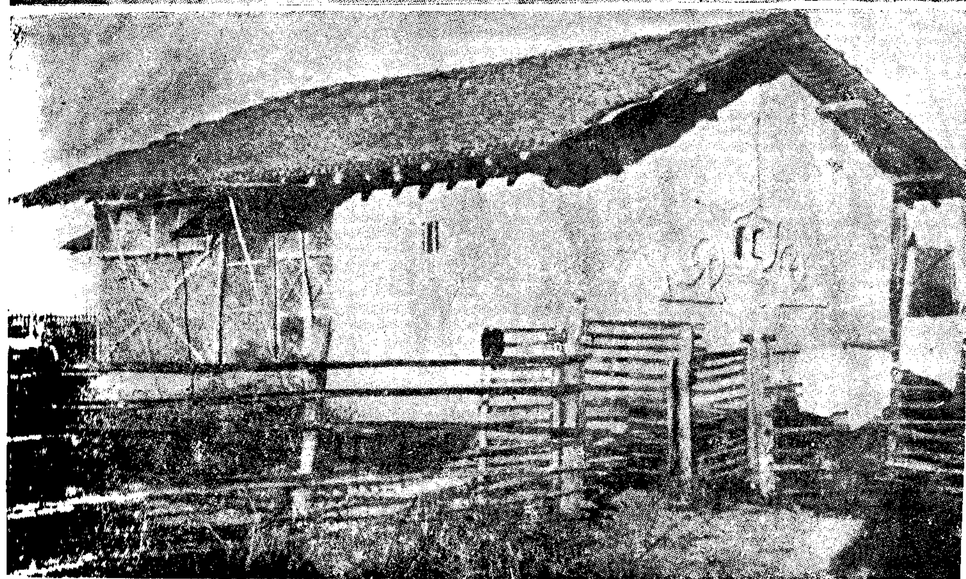
ഒന്ന്: വിവാഹം

രണ്ട്: പുരുഷനും ഭാര്യയും

മൂന്ന്: കുട്ടികളെ വളർത്തൽ

നാല്: ഭക്ഷണം, ആരോഗ്യം, ശുചിത്വം

അഞ്ച്: ഗാർഹികസമ്പദ്‌വ്യവസ്ഥ



മുകളിൽ: ഗാന്ധിജിയും കസ്തൂർബായും
ചുവട്ടിൽ: സേവാഗ്രാമിൽ ഗാന്ധിജിയുടെ മൺകുടിൽ

രണ്ടാം പതിപ്പിനെക്കുറിച്ച്

ഗാന്ധിജി ലോകരംഗത്തുനിന്നു് തിരോധാനം ചെയ്തിട്ടു് ഇപ്പോൾ 33 വർഷം തികയുന്നു. ഒരു സത്യയുഗത്തിനുവേണ്ടി ജീവിക്കുകയും അന്ത്യശ്വാസംവരെ പ്രവർത്തിക്കുകയും ചെയ്ത ആ മഹാപുരുഷന്റെ കാലത്തിനുശേഷം ഇന്ത്യയിലും ലോകത്തും എന്തു സംഭവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നുവെന്നു പരിശോധിക്കുന്നവർക്കു് ആശ്വാസത്തിനു് എന്തെങ്കിലും അവകാശമുണ്ടോ? ഇല്ലെന്നായിരിക്കും സാർവ്വത്രികമായി ലഭിക്കാവുന്ന ഒരു ഉത്തരം. ഇരുപതാം നൂററാണ്ടിന്റെ ഉത്തരാർദ്ധത്തിൽ ഗാന്ധിജിയുടെ ജീവിതവും സന്ദേശവും ലോകജീവിതരംഗത്തും കാര്യമായ ചലനങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ചിട്ടുണ്ടോ എന്ന ചോദ്യം സൂക്ഷ്മപഠനത്തിനും വിലയിരുത്തലിനും വിഷയമാക്കേണ്ട ഒന്നാണു്. ഉണ്ടാക്കീട്ടുള്ള ചലനങ്ങൾ എത്ര ചെറുതായാലും വലുതായാലും ആ ജീവിതസന്ദേശത്തെ ജനഹൃദയങ്ങളിൽ കൊണ്ടെത്തിക്കുക എന്ന മഹത്തായ ഒരു നിശ്ചിത കർത്തവ്യമാണു്, ഏതു ദേശത്തും ഏതു ഭാഷയിലും ഉണ്ടായിട്ടുള്ള ഗാന്ധിസാഹിത്യകൃതികൾ നിർവഹിച്ചിട്ടുള്ളതു്. ഗാന്ധിജിയുടെ ആശയപ്രപഞ്ചത്തെ പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്ന ഗ്രന്ഥങ്ങൾ പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്ന വിഷയത്തിൽ ഭാരതത്തിൽ പ്രമുഖമായ ഒരു സ്ഥാനം അഖിലേന്ത്യാ ഗാന്ധിസ്മാരക നിധിക്കുണ്ടു്. മലയാളത്തിൽ കേരള ഗാന്ധിസ്മാരക നിധിയും എളിയതോതിലാണെങ്കിലും ഇത്രയും കാലത്തിനകം 57 ഗ്രന്ഥങ്ങൾ പ്രകാശനം ചെയ്തിട്ടുണ്ടു്. ഇത്രയുംകൊണ്ടു് സ്വന്തം കർത്തവ്യം സമർത്ഥമായി നിർവ്വഹിച്ചുവെന്നവകാശപ്പെടുവാൻ സാദ്ധ്യമല്ലെന്നു് ഞങ്ങൾക്കു തികച്ചും ബോദ്ധ്യമുണ്ടു്. പല പരിമിതികളുടെയും പരാധീനത ഈ വിഷയത്തിൽ സംഘടനയെ ബാധിച്ചിട്ടുമുണ്ടു്. എങ്കിലും കേരള ഗാന്ധിസ്മാരക നിധിയുടെ ഒരു പ്രമുഖ പ്രസിദ്ധീകരണമായ ഏഴു വാല്യങ്ങൾ അടങ്ങുന്ന ഗാന്ധിസാഹിത്യ കൃതികളുടെ ഒരു രണ്ടാം പതിപ്പു് ഇപ്പോൾ പ്രസിദ്ധീകരിക്കാൻ സാധിച്ചുവെന്നതിൽ ഞങ്ങൾക്കു് അതിയായ ചാരിതാർത്ഥ്യമുണ്ടു്.

ഈ ഏഴു വാല്യങ്ങളുടെയും ഒന്നാം പതിപ്പിൽ അവ തയ്യാറാക്കിയ പ്രസാധക സമിതിയുടെ നേതൃത്വം വഹിച്ചിരുന്ന ശ്രീ കൈനിക്കര കുമാരപിള്ള അവർകളുടെ വിശദമായ ആമുഖവും ഈ വാല്യത്തിന്റെ പ്രസാധകനായ ശ്രീ ഉത്തമക്കുറുപ്പു് തയ്യാറാക്കിയ പ്രസാധക കുറിപ്പും ഈ ഗ്രന്ഥത്തിൽ അന്യത്ര ചേർത്തിട്ടുണ്ടു്. അതിൽനിന്നും ഈ ഗ്രന്ഥാവലിയെക്കുറിച്ചുള്ള വ്യക്തമായ ചിത്രം എല്ലാവർക്കും ലഭിക്കുമെന്നതിനാൽ പ്രത്യേകമായ ഒരു വിശദീകരണക്കുറിപ്പിന്റെ ആവശ്യം ഇനി ഉദിക്കുന്നില്ല. ഈ രണ്ടാം പതിപ്പിനു് ഒരു പ്രത്യേകമായ അവതാരികയുടെ പ്രസക്തിയും തീരെ ഇല്ലെന്നുതന്നെ പറയാം.

എങ്കിലും ഇരുപത്തൊൻപതു വർഷങ്ങൾക്കുമുമ്പു് ഈ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ ആദ്യമായി പ്രകാശനം ചെയ്തതിനുശേഷം ഒരു പുനഃപ്രസിദ്ധീകരണത്തിനു തയ്യാറാകുമ്പോൾ പ്രകാശകന്മാരുടെ ആശയും ആശങ്കകളും സംക്ഷിപ്തമായെങ്കിലും പ്രകടമാക്കേണ്ടതു് ആവശ്യമാണെന്നു തോന്നുന്നു.

ഭാരതത്തിൽ ഏററവും കൂടുതൽ സാക്ഷരതയുള്ള പ്രബുദ്ധമായ കേരള ജനതയുടെ ഹൃദയത്തെയും ബുദ്ധിയെയും സ്പർശിക്കുന്നതിനുള്ള രാജപാത വിവിധ തലങ്ങളിലുള്ള പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങളിലൂടെയാണു് പടുത്തുയർത്തേണ്ടതെന്ന കാര്യം നിസ്തർക്കമാണു്. കേരളം ശങ്കരാചാര്യരുടെ നാടാണെന്നും

കേരളജനതയെ സ്വാധീനിക്കുന്നതിന്ന ബുദ്ധിയുടെ മണ്ഡലത്തിലാണ മുഖ്യമായി പ്രവർത്തിക്കേണ്ടതെന്നും പലതവണ ആചാര്യ വിനോബാ ഭാവേ അഭിപ്രായപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതു് ഇത്തരുണത്തിൽ ഞാൻ ഓർത്തുപോകുന്നു. എന്നാൽ, ഇന്നു് മലയാളഭാഷയിൽ പ്രസിദ്ധപ്പെടുത്തുന്ന ഗ്രന്ഥങ്ങാം, പത്രങ്ങാം, വാരികകരം, മാസികകരം എന്നിവയുടെ എണ്ണവും പ്രചാരവും അവയുടെ നിലവാരവും നോക്കുമ്പോരം ഉൽക്കണ്ഠയും ഒരു നിസ്സഹായതാ ബോധവുമല്ലാതെ മനസ്സിലവശേഷിക്കുമെന്നു തോന്നുന്നില്ല. ഇത്തരം പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങളുടെ പ്രതിദ്ധ്വനിയാണു് കേരളീയ ജനജീവിതത്തിലിന്നു പ്രമുഖമായി പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടു കാണുന്നതു്. ആദർശനിഷ്ഠയും സന്മാർഗ്ഗപരതയും ഉള്ള ഒരു ചെറിയ ശതമാനം പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങാം ഉണ്ടെങ്കിലും അവയുടെ ആകർഷണവലയം ചെറുതാണു്. ഉത്തമഗ്രന്ഥങ്ങളുടെ പ്രസിദ്ധീകരണം ഒരുവശത്തു നടക്കുമ്പോരം അവയെ സ്വീകരിച്ചു് അവയിലടങ്ങിയിരിക്കുന്ന തത്ത്വസംഹിതകരംക്കുവേണ്ടി പ്രവർത്തിക്കാനും ജനജീവിതത്തെ അതിനനുഗുണമായി സംഘടിപ്പിക്കാനും കർമനിഷ്ഠരായ ചിന്തകർ, മറുവശത്തു് മുന്നോട്ടു വരാതിരുന്നാൽ ഇത്തരം ഗ്രന്ഥങ്ങാം ചിലരുടെ മനോരഥങ്ങളിൽ മാത്രം ഒതുങ്ങിപ്പോകുമെന്നുള്ളതാണു് ആത്യന്തികമായി സംഭവിക്കുക.

ഗാന്ധിസാഹിത്യത്തിനും ഇതേ ദുരന്തം ഭാഗികമായിട്ടെങ്കിലും സംഭവിച്ചിട്ടില്ലേ എന്നു സംശയിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. വ്യക്തിയിലും സമൂഹത്തിലും ഉള്ള നന്മയുടെ ശക്തിയെ ഉണർത്തി, വികസിപ്പിച്ചു്, സംഘടിപ്പിക്കാനും അങ്ങനെ തിന്മയെ പരാജയപ്പെടുത്താനുമുള്ള ഒരു കർമപരിപാടിയാണു് ഗാന്ധിജി ആവിഷ്കരിച്ചതും വിജയപൂർവം പരീക്ഷിച്ചതുമെന്നു് നിഷ്കൃഷ്ടമായ അർത്ഥത്തിൽ മനസ്സിലാക്കിയവർ ചുരുക്കമൊണെന്നു തോന്നുന്നു. അങ്ങനെ നോക്കുമ്പോരം നാം മുഖ്യമായ ഒരു നിഗമനത്തിൽ എത്തിച്ചേരുന്നു. ഗാന്ധിജിയെപ്പററി കുറെ കാര്യങ്ങാം ജനങ്ങാം ധരിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അങ്ങനെ ധരിച്ചിട്ടുള്ളവർ പല തരക്കാരാണു്. ഇന്ത്യൻ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനുവേണ്ടി അദ്ദേഹം ചെയ്ത മഹത്തായ സേവനത്തിൽ ഒതുങ്ങുന്ന ഉപരിതലത്തിലുള്ള ഒരു ജീവചരിത്ര പഠനം ഒരുപക്ഷേ, തൊട്ടും തെറിച്ചും ആളുകരം മനസ്സിലാക്കിയിട്ടുണ്ടു്. താത്ത്വികമായി അല്പംകൂടി മനസ്സിലാക്കാൻ ശ്രമിച്ച ചിലർ ആ താത്ത്വികവശത്തിൻെറ മഹത്വം അംഗീകരിച്ചുവെങ്കിലും അവ അപ്രായോഗികമെന്നു ചിന്തിച്ചു് പ്രായേണ ഉപേക്ഷിക്കുകയായിരിക്കും ചെയ്തിട്ടുള്ളതു്. അങ്ങനെ അപ്രായോഗികവും പഴഞ്ചനും പിന്തിരിപ്പനും, എന്നാൽ മഹത്തുമായ തത്ത്വസംഹിതകളുടെ ആചാര്യനായിട്ടാണു് ഒരുപക്ഷേ, അവർ ഗാന്ധിജിയെ കണക്കാക്കിയിട്ടുള്ളതും. ചിലർ അദ്ദേഹത്തെ ഒരു സാമൂഹ്യ പരിഷ്കർത്താവായി കാണുമ്പോരം മററു ചിലർ അദ്ദേഹത്തെ ഒരു മതനിഷ്ഠനായി മാത്രം കണക്കാക്കുന്നു. ശാസ്ത്രത്തിൻെറയും വ്യവസായ യുഗത്തിൻെറയും ഒരു ശത്രുവായി പലരും അദ്ദേഹത്തെ ചിത്രീകരിച്ചിട്ടുണ്ടു്. ഇങ്ങനെ ഗാന്ധിജി പലക്കും പലതാണെന്നതു് ഒരു വസ്തുതയാണു്. അദ്ദേഹത്തെക്കുറിച്ചു് നിഷ്കൃഷ്ടമായി പഠിക്കാനും മനസ്സിലാക്കാനുമുള്ള സന്നദ്ധതയുടെ കുറവാണു് ഇതിന്നു കാരണമെന്നതിന്നു സംശയമില്ല. ഈ സന്നദ്ധത സാർവത്രികമായി എല്ലാ തലങ്ങളിലും ഉണ്ടാവാൻ സാദ്ധ്യമല്ലെന്ന കാര്യം ഇവിടെ വിസ്മരിക്കുന്നില്ല. ഗാന്ധിജിയുടെ മാർഗ്ഗം സത്യനിഷ്ഠമായ, സ്നേഹനിഷ്ഠമായ ഒരു വിമോചനമാർഗ്ഗമാണെന്നു കാണുന്നവർ ഗാന്ധിജിയെപ്പററിയുള്ള പഠനത്തിനും പ്രചാരണത്തിനും പൂർവ്വവത്ശക്തിയോടെ പ്രവർത്തിക്കേണ്ട കാലം അതിക്രമിച്ചിരിക്കുന്നുവെന്നു മാത്രം ഇവിടെ അനുസ്മരിപ്പിച്ചുകൊള്ളട്ടെ.

ഈ കൃതികളുടെ ഒന്നാം പതിപ്പു് പ്രസിദ്ധപ്പെടുത്തിയശേഷം കാലം വളരെ വേഗം കടന്നുപോയി. കാലം പലതിനെയും ഹനിക്കുന്നു, പുറം

തള്ളുന്നു. ഗാന്ധിജിയെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം, കാലം ലോകത്തിന്റെ സ്മരണമണ്ഡലത്തിൽ എന്തു മാററമാണു വരുത്തിയതെന്നു പറയുക എളുപ്പമല്ല. ഏതായാലും ഗാന്ധിജി വിസ്മരിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ല. മാത്രമല്ല, ജീവത്തായ ജീവിതപ്രശ്നങ്ങളുടെ പരിഹാരങ്ങൾ നിർദേശിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കുന്നവർക്ക് ഗാന്ധിജിയുടെ സന്ദേശത്തിന്റെ വെളിച്ചം മുമ്പെന്നപോലെ വഴി കാണിക്കുന്നുമുണ്ട്. പ്രശ്നം വ്യക്തിജീവിതത്തിലായാലും അന്തർദേശീയ തലത്തിലായാലും ചെറുതായാലും വലുതായാലും അവിടെയൊക്കെ ഒരുത്തരം കണ്ടെത്തുവാൻ ഗാന്ധിജി നൽകുന്ന വെളിച്ചം പലപ്പോഴം സഹായമാകുമെന്നു് ഇന്നു കൂടുതൽ കൂടുതൽ അംഗീകരിക്കപ്പെടുന്നു.

ഇന്നു ലോകത്തെ അഭിമുഖീകരിക്കുന്ന മുഖ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ പരിശോധിച്ചാൽ അവയ്ക്കെല്ലാം യുക്തിയുക്തവും അനിഷേധ്യവും സത്യനിഷ്ഠവും മാനുഷികവുമായ പരിഹാരമാർഗ്ഗങ്ങൾ ഗാന്ധിജി കാണിച്ചുകൊടുത്തിട്ടുണ്ടു് എന്നു മനസ്സിലാകും. യുദ്ധംകൊണ്ടു യാതൊരടിസ്ഥാന പ്രശ്നങ്ങളും പരിഹരിക്കാൻ സാദ്ധ്യമാവാത്ത ഒരു ഘട്ടത്തിലാണു ലോകം ഇന്നു ചെന്നെത്തിയിരിക്കുന്നതെന്നു് യുദ്ധത്തിന്റെ പരമാചാര്യന്മാർപോലും സമ്മതിക്കുന്നു. അക്രമത്തിന്റെ മാർഗ്ഗം പ്രായോഗികമല്ലെന്നു തെളിഞ്ഞാൽ മനുഷ്യനു മനുഷ്യത്വത്തിന്റെ ശരിയായ മാർഗ്ഗത്തിലേക്കു മടങ്ങിവരാതെ സാദ്ധ്യമല്ല. സത്യാഗ്രഹമാർഗ്ഗമല്ലാതെ മറെറാരു പ്രായോഗിക മാർഗ്ഗമില്ലെന്നു ലോകം സമ്മതിക്കുന്നൊരു കാലം വളരെ വിദൂരവുമല്ല. മതത്തിന്റെ ഇടുങ്ങിയ ഭിത്തികൾക്കു പുറത്തുവരാതെ ലോകത്തിനു ഗതിയില്ലെന്നു് മനസ്സിലാക്കി മതസാഹോദര്യത്തിന്റെ മാർഗ്ഗം വെട്ടിത്തുറക്കുകയാണു് ഗാന്ധിജി ചെയ്തതു്. ജനസംഖ്യാപ്രശ്നത്തിന്റെയും സദാചാരത്തിന്റെയും മാർഗ്ഗം രണ്ടാവാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. പ്രകൃതിയോടു് ഇണങ്ങിച്ചേർന്നു, പ്രകൃതി നിയമങ്ങളിലും ജീവിതനിയമങ്ങളിലും കൂടി പ്രകടമാകുന്ന സത്യത്തിന്റെ നിയമത്തെ അനുസരിക്കുവാനാണു് ഗാന്ധിജി മാർഗ്ഗദർശനം ചെയ്തതു്. ഇങ്ങനെയുള്ള ഗാന്ധിമാർഗ്ഗത്തിന്റെ ഉദാത്തഭാവങ്ങളെ വ്യക്തമാക്കുന്നേ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ വർഷംതോറും നൂറുകണക്കിനു ലോകസാഹിത്യഗ്രന്ഥങ്ങളായി പ്രസിദ്ധീകരിക്കപ്പെട്ടുവരുന്നു.

ശാസ്ത്രയുഗത്തിൽ ഗാന്ധിജിയുടെ പ്രസക്തി എന്തെന്നു് ഇത്തരം മഹത്ഗ്രന്ഥങ്ങളിലൂടെ ചിന്തകന്മാർ പ്രസ്പഷ്ടമാക്കിയ ഒരു കാലഘട്ടമാണു് ഈ ഇരുപതാം നൂററാണ്ടിന്റെ ഉത്തരാർദ്ധം. അത്തരം മഹത്ഗ്രന്ഥങ്ങൾകൂടി വായിച്ചു പഠിക്കുവാൻ കേരളീയർക്കു കഴിയണം. ആ ഗ്രന്ഥങ്ങൾക്കെല്ലാം അവലംബം ഗാന്ധിജിയുടെ സ്വന്തം ലേഖനങ്ങളും പ്രസ്താവങ്ങളുമാണു്. അവയെ അടിസ്ഥാനപ്പെടുത്തിയാണു ചിന്തകന്മാർ സ്വന്തം ചിന്തകളെ വളർത്തിയിട്ടുള്ളതു്. ഗാന്ധിജിതന്നെ എഴുതിയ എല്ലാ സാഹിത്യത്തിന്റെയും സമാഹാരമാണു് ഈ സമ്പൂർണ്ണഗ്രന്ഥങ്ങൾ. സുഹൃത്തുക്കൾ ഇവയെ ഒരമൂല്യ നിധിയായി കരുതി സ്വീകരിക്കുമെന്നുതന്നെ ഞങ്ങൾ വിശ്വസിക്കുന്നു.

നേരത്തെ പറഞ്ഞതുപോലെ 1941-ലാണു് ഈ ഗ്രന്ഥസമുച്ചയത്തിന്റെ ഒന്നാം പതിപ്പു പ്രസിദ്ധപ്പെടുത്തിയതു്. അവ നേരത്തേ വിററുതീർന്നിരുന്നുവെങ്കിലും ഒരു രണ്ടാം പതിപ്പിനു് ഇത്രയും വൈകി. കടലാസു് വിലയും അച്ചടിക്കൂലിയും അനുനിമിഷമെന്നപോലെ വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന ഇക്കാലത്തു് ഇത്ര മിതമായ നിരക്കിൽ ഈ പുസ്തകങ്ങൾ പ്രസിദ്ധപ്പെടുത്താൻ കഴിഞ്ഞതു് ഒരു മഹാഭാഗ്യമായി ഞങ്ങൾ കരുതുന്നു.

നിയന്ത്രിതവിലയ്ക്കു കടലാസു് അനുവദിച്ചുതന്നു് ഇന്ത്യാഗവണ്മെന്റ് സഹായിച്ചു. അങ്ങനെ മാർക്കററു് റേററിൽ, 350 രു. വില വെക്കേണ്ട ഈ ഗ്രന്ഥങ്ങൾക്കു് 175.രു വില നിശ്ചയിക്കാനും അതിൽത്തന്നെ ഭീമമായ

ഇളവു വരുത്തി പ്രിപബ്ലിക്കേഷൻ വില നിശ്ചയിക്കാനും അതുതന്നെ ഗഡുക്കളായി അടച്ച സാധാരണക്കാർക്കുപോലും ഈ മഹത്ഗ്രന്ഥങ്ങൾ സ്വന്തമാക്കാൻ അവസരമുണ്ടാക്കാനും സാധിച്ചു. ഈ സന്ദർഭം ബഹുജനങ്ങൾ പരമാവധി പ്രയോജനപ്പെടുത്തുന്നതായി കാണുന്നതിൽ ഞങ്ങൾക്ക് അതിയായ ചാരിതാർത്ഥ്യമുണ്ട്.

ഈ രണ്ടാം പതിപ്പിന്റെ അച്ചടിയുടെ ചുമതല കോട്ടയത്ത് ഡി. സി. പ്രസ്സാണ് ഏറ്റെടുത്തിട്ടുള്ളത്. ഇക്കാര്യത്തിൽ അവർ പ്രത്യേകം കൃതജ്ഞതയ്ക്ക് അർഹരാണ്.

വിതരണച്ചുമതലകളും പ്രിപബ്ലിക്കേഷൻ സംബന്ധിച്ച ഉത്തരവാദിത്തങ്ങളും കറന്റ് ബുക്സ് ഏറ്റെടുത്തു. ഈയവസരത്തിൽ അതിന്റെ ഭാരവാഹികളെയെല്ലാം ഞങ്ങൾ കൃതജ്ഞതാപൂർവം സ്മരിക്കുന്നു.

ഗാന്ധിസ്മാരക നിധി കേന്ദ്രങ്ങളും പ്രവർത്തകരും കേരള സർവ്വോദയ സംഘത്തിലെയും ഗാന്ധി പീസ് ഫൗണ്ടേഷനിലെയും പല പ്രവർത്തകരും വലിയ താല്പര്യം കാണിക്കുകയും സഹകരിക്കുകയും ചെയ്തു. പ്രിപബ്ലിക്കേഷൻ സൗകര്യം ഉപയോഗപ്പെടുത്തി ഈ ബൃഹദ്ഗ്രന്ഥം സ്വന്തമാക്കുവാൻ ബഹുജനങ്ങളും മുന്നോട്ട വന്നു.

എല്ലാവർക്കും കേരള ഗാന്ധിസ്മാരക നിധിയുടെ കൃതജ്ഞത രേഖപ്പെടുത്തട്ടെ.

ഗാന്ധിഭവൻ
17-12-81

പി. ഗോപിനാഥൻ നായർ
സെക്രട്ടറി

ഒന്ന്

വിവാഹം

പീഠിക

1

വിവാഹം ജീവിതത്തിലെ ഒരു സ്വാഭാവികസംഗതിയാണ്. ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ അതിനെ അപമാനകരമായി കരുതുന്നതു പൂർണമായും തെററാണ്....വിവാഹത്തെ ഒരു വിശുദ്ധകർമ്മമായി കാണുകയും, ദാമ്പത്യരംഗത്തു് അതുകൊണ്ടു് ആത്മനിയന്ത്രണമുള്ള ഒരു ജീവിതം നയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതാണു മാതൃകായോഗ്യം.

2

ശാരീരികമായ യോജിപ്പിൽക്കൂടിയുള്ള ആത്മീയൈക്യമാണു വിവാഹം ലക്ഷ്യമാക്കുന്ന ആദർശം. അതു് അവതരിപ്പിക്കുന്ന മനുഷ്യസ്നേഹം ദൈവികമോ, സാർവ്വലൗകികമോ ആയ സ്നേഹത്തിലേക്കുള്ള ഒരു ചവിട്ടുപടിയായി പ്രവർത്തിക്കുന്നതിനു് ഉദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

3

മനുഷ്യനെ മൃഗത്തിൽനിന്നു പ്രധാനമായി വേർതിരിക്കുന്നതു്, തിരിച്ചറിവിന്റെ പ്രായം തുടങ്ങുമ്പോൾ മുതൽ അവൻ തുടർച്ചയായുള്ള ആത്മനിയന്ത്രണജീവിതം പരിശീലിക്കുന്നുവെന്നുള്ളതാണു്. സഹോദരിയേയും, അമ്മയേയും, മകളേയും, ഭാര്യയേയും തമ്മിൽ തിരിച്ചറിയുന്നതിനു ദൈവം മനുഷ്യനു കഴിവു നൽകിയിട്ടുണ്ടു്.

4

മനുഷ്യസമുദായം നിലയ്ക്കാത്ത ഒരു വളർച്ചയാണു്. ആദ്ധ്യാത്മിക രീതിയിൽ അതൊരു വികസനമാണു്. അങ്ങനെയാണെ

1. ഹരിജൻ 22-3-'42 (The Mind of Mahatma Gandhi, p. 123)
2. യങ് ഇൻഡ്യ 21-5-'31 (The Mind of Mahatma Gandhi, p. 123)
3. 'ഗാന്ധിജിയോടൊപ്പം കൂടി സിലോണിൽ,' പേജ് 84 (The Mind of Mahatma Gandhi p. 123)
4. യങ് ഇൻഡ്യ 16-9-'26 (The Mind of Mahatma Gandhi, p. 123)

ങ്കിൽ, ശാരീരികാവശ്യങ്ങളുടെ വർദ്ധമാനമായ നിയന്ത്രണത്തിലായിരിക്കണം അതിന്റെ അടിസ്ഥാനം. വിവാഹം, പങ്കാളികളുടെമേൽ അച്ചടക്കം ചെലുത്തുന്ന ഒരു വിശുദ്ധകർമ്മമാണ്. ശാരീരികസംയോഗം അവർ തമ്മിൽ മാത്രമായിരിക്കണമെന്നും, സന്താനോത്പാദനം മാത്രമായിരിക്കണം അതിന്റെ ഉദ്ദേശ്യമെന്നും, അതുതന്നേയും ഇരുവരും അതിന്നായി ആഗ്രഹിക്കുകയും സന്നദ്ധരാവുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ മാത്രമായിരിക്കണമെന്നുമുള്ളതാണ് ഈ അച്ചടക്കത്തിന്റെ സാരം.

അദ്ധ്യായം ഒന്ന്

വിവാഹവും രക്ഷാകർത്താക്കളും

1

ഞാൻ ഇഷ്ടപ്പെട്ടാലും ഇല്ലെങ്കിലും, ഞാൻ വിവാഹക്കാര്യങ്ങളിൽ ഇടപെട്ടുപോകുന്നു. അത്തരം പ്രവൃത്തിയിൽ എനിക്ക് ഇടപെടേണ്ടിവരുംതോറും പുരുഷനും സ്ത്രീയും അവിവാഹിതാവസ്ഥ ആചരിക്കേണ്ടതു വളരെ ആവശ്യമാണെന്നു ഞാൻ കൂടുതൽ മനസ്സിലാക്കുന്നു. മണിലാൽ ആത്മനിയന്ത്രണം വളർത്തുന്നതിനുവേണ്ടി മാത്രം 32 വർഷത്തേക്ക് അവിവാഹിതനായി കഴിഞ്ഞു. അതിനുശേഷം അയാൾ വിവാഹം ചെയ്യാൻ ആഗ്രഹം പ്രകടിപ്പിച്ചു. അങ്ങനെ ഞാൻ ഒരു നല്ല വധുവിനെ തിരക്കാൻ തുടങ്ങി. ദൈവവിശ്വാസമുള്ള ആളുകളുടെ ഒരു കുടുംബത്തിൽനിന്നാണ് അയാൾ വിവാഹം ചെയ്യാൻ പോകുന്നതെന്നതുകൊണ്ട് ഈ ബന്ധത്തിൽനിന്ന്, നല്ലതല്ലാതെ മറ്റൊന്നും ഉളവാകയില്ലെന്നു ഞാൻ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു.

വിവാഹത്തെക്കുറിച്ചു പറയാൻ നമുക്കു ലജ്ജ തോന്നരുത്. എന്നാൽ വിവാഹിതരാകട്ടെ, അല്ലാത്തവരാകട്ടെ, അത്തരം സംസാരംകൊണ്ടു വികാരത്തിനടിമപ്പെടരുത്. തന്റെ വികാരങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയാത്ത ഒരുവൻ തീർച്ചയായും വിവാഹം ചെയ്യണം. എന്നാൽ അവയെ നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയുന്നവൻ, അങ്ങനെ ചെയ്യുകയും, ഈ ജന്മത്തിൽത്തന്നെ മുക്തിനേടാൻ ശ്രമിക്കയുംവേണം.

2

ആശ്രമത്തിലെ എല്ലാ അംഗങ്ങളും, ചെറുപ്പക്കാരും പ്രായമായവരും, വിവാഹിതരോ, അവിവാഹിതരോ ആകട്ടെ, ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കുന്നതിനു ശ്രമിക്കുന്നു. എന്നാൽ വളരെ കുറച്ചുപേർ

1. 14–2–1927–ൽ ധൂലിയായിൽനിന്ന് മണിലാലിന്റെ വിവാഹത്തെക്കുറിച്ച്, 'ആശ്രമത്തിലെ സഹോദരികൾക്ക്'' അയച്ച 'ബാപ്പുവിന്റെ കത്തിൽ' നിന്ന്. (Bapu's Letters to Ashram Sisters, p. 17)
2. Ashram Observances in Action (1932) pp. 55–56

മാത്രമേ ജീവിതകാലംമുഴുവൻ അതു് ആചരിക്കുന്നുള്ളൂ. തിരിച്ചറിവിന്റെ പ്രായമാകുമ്പോഠം, അവരുടെ ആഗ്രഹത്തിനു വിപരീതമായി ഇനിയും ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കേണ്ടതിനു് അവർ കടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നില്ലെന്നും, വേണ്ടത്ര ശ്രമം നടത്തുന്നതിനു കഴിവില്ലെന്നു് ആക്കെങ്കിലും തോന്നുന്നുണ്ടെങ്കിൽ, അയാഠംക്കു വിവാഹംചെയ്യാൻ അവകാശമുണ്ടെന്നും, ചെറുപ്പക്കാരോടു പറയുന്നു. ഒരാഠം ആവശ്യം പ്രകടിപ്പിക്കുമ്പോഠം ജീവിതത്തിനു യോജിച്ച ഒരു പങ്കാളിയെ കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിനു് ആശ്രമത്തിൽനിന്നു അയാളെ സഹായിക്കുന്നു. ഈ അവസ്ഥ നല്ലവണ്ണം മനസ്സിലാക്കുകയും അതിന്റെ ഫലം ഒരുപോലെ നന്നായിരിക്കുകയും ചെയ്തിട്ടുണ്ടു്. വളരെ അധികം യുവാക്കന്മാർ ആ നിലയിൽത്തന്നെ തുടന്നിട്ടുണ്ടു്. പെൺകുട്ടികളും നല്ലവണ്ണം വത്തിച്ചിരുന്നു. അവരിൽ ആരും 15 വയസ്സിനു മുൻപേ വിവാഹിതകളായിട്ടില്ല. പലരും 19 കഴിഞ്ഞിട്ടേ വിവാഹിതരായുള്ളൂ.

3

ഇക്കാലത്തു നമ്മുടെ ഹൈന്ദവസമൂഹത്തിൽ വിവാഹം ഭൂരിഭാഗം ആളുകളുടെ കാര്യത്തിലും ഒരു തിരഞ്ഞെടുപ്പിന്റെ കാര്യമല്ല.

4

ഒരു പെൺകുട്ടിയെ അവളുടെ സമ്മതംകൂടാതെ, പണസംബന്ധമോ,മറ്റുതരത്തിലുള്ളതോ ആയ കാര്യലാഭത്തിനുവേണ്ടി മാതാപിതാക്കന്മാർ വിവാഹം ചെയ്തുകൊടുത്താൽ, അവളെ വിവാഹിതയായി ഞാൻ കരുതുകയില്ല

5

തങ്ങളുടെമേൽ അടിച്ചേല്പിക്കാനായി ഉദ്ദേശിച്ചുകൊണ്ടുള്ള ഏതൊരു വിവാഹത്തേയും എതിക്കുന്നതിനു മതിയായ പ്രത്യയസ്ഥൈര്യം വിദ്യാത്ഥികഠം വളത്തണം. വിദ്യാത്ഥികഠം ഒററക്കു നിന്നുകൊണ്ടു്,അവരുടെ ഇഷ്ടത്തിനു വിപരീതമായി എന്തെങ്കിലും അവരുടെമേൽ അടിച്ചേൽപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള ഏതൊരു ശ്രമത്തേയും. പ്രത്യേകിച്ചും സ്വഹിതത്തിനു വിപരീതമായി വിവാഹം ചെയ്യാനുള്ള നിർബന്ധത്തെ ന്യായമായ സകല രീതിയിലൂടെയും എതിർക്കുന്നതിനു പഠിച്ചിരിക്കണം.

6

ഒരു സഹോദരി എഴുതുന്നു:

'ഒന്നുകിൽ പിതൃഭവനം ഉപേക്ഷിക്കയോ, അല്ലെങ്കിൽ വിവാഹിതയാകയോ ചെയ്യണമെന്നു മാതാപിതാക്കന്മാർ നിർബന്ധിക്കുമ്പോഠം, സമ്മതമില്ലാത്ത ഒരു പെൺകുട്ടി എന്തു ചെയ്യണം? സ്വന്തം

3. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 21–5–1931 (Women, p. 81)
4. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 18–8–1927 (Women, p.49)
5. ഹരിജൻ 9–1–1937 (Women, p. 50)
6. ഹരിജൻ 15–9–1946 (Women, p. 52)

ജീവിതവൃത്തിക്കു വേണ്ടത്രേ വിദ്യാഭ്യാസം അവൾക്കു് ഇല്ലെങ്കിൽ അവൾ എവിടെ പോകാനാണു്? അവൾ ആരുടെ സംരക്ഷണം നേടാനാണു്?

ഈ ചോദ്യം ദുഃഖമുണ്ടാക്കുന്നു. തങ്ങളുടെ പുത്രിമാരുടെമേൽ വിവാഹം അടിച്ചേല്പിക്കുന്നതിൽ മാതാപിതാക്കന്മാർ തികച്ചും തെററുകാരാണു്. അവരെ ജോലിചെയ്തു ജീവിക്കാൻ യോഗ്യതയില്ലാത്തവരാക്കിത്തീക്കുന്നതും തെററാണു്. വിവാഹിതയാകാൻ വിസമ്മതിക്കുന്നതുകൊണ്ടു തങ്ങളുടെ പുത്രിയെ തെരുവിൽ തള്ളിവിടുന്നതിനു ഒരു പിതാവിനും അവകാശമില്ല. ഇത്തരം ക്രൂരമാതൃകകൾ വിരളമാണെന്നു സമാധാനിക്കാം. ഈ പറഞ്ഞ പെൺകുട്ടിയോടു് എനിക്കു പറയാനുള്ളതു് ഇതാണു്: തൻെറ കൈകൊണ്ടു ചെയ്യുന്ന ഏതൊരു ജോലിയും, തോട്ടിപ്പണിവരെ, അവളുടെ അഭിമാനത്തിനു നിരക്കാത്തതാണെന്നു കരുതരുതു്. സ്ത്രീകൾ രക്ഷയ്ക്കായി പുരുഷന്മാരെ ആശ്രയിക്കരുതു്. പുരാണത്തിലെ ദ്രൗപദിയെപ്പോലെ സ്ത്രീകൾ സ്വന്തം ശക്തിയിലും, ബുദ്ധിയിലും, സ്വഭാവഗുണത്തിലും ഈശ്വരവിശ്വാസത്തിലും ഉറച്ചുനിൽക്കണം.

7

അവിവാഹിതയായി ജീവിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന ഒരു പെൺകുട്ടി സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനോടു വേഴ്ചപ്പെട്ടവളായിരിക്കണം. മററുള്ളവരെ ആശ്രയിച്ചു ജീവിക്കുന്ന ഒരു പെൺകുട്ടിക്കു് ഒരിക്കലും അവിവാഹിതയായി തുടരാൻ സാധിക്കയില്ല.

8

കത്തിൽ പരാമർശിച്ചിരിക്കുന്ന അയാളുടെ സഹോദരിയുടെ വിവാഹത്തെക്കുറിച്ചു ഞാൻ ഇവിടെ ചർച്ചചെയ്യാം. 'വൈകിയുള്ളതി

---

7. Bapu's Letters to Ashram Sisters, p. 111.
8. ഹരിജൻ, 17-4-37 (Self Restraint V. Self-Indulgence, p.145)
ലക്നൗ യൂണിവേഴ്സിററിയിലെ ഒരു M. A. (പുരാതനഭാരതചരിത്രം) വിദ്യാർത്ഥി എഴുതിയ ഒരു എഴുത്തിൻെറ മറുപടിയിൽനിന്നു്; അയാൾ ഇങ്ങനെ എഴുതിയിരുന്നു:

'എനിക്കു് ഏകദേശം 21 വയസ്സുണ്ടു്, എനിക്കു് പഠിക്കുന്നതിനാഗ്രഹമുണ്ടു്; എൻെറ ജീവിതകാലത്തു് എന്നെക്കൊണ്ടു് കഴിയുന്നിടത്തോളം പഠിക്കണമെന്നുമുണ്ടു്. ജീവിതത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അങ്ങയുടെ പ്രത്യയശാസ്ത്രം എന്നെ ഉൽബുദ്ധനാക്കിയിട്ടുമുണ്ടു്. ഒരു മാസത്തിനകം, M. A. പരീക്ഷ കഴിയുമ്പോൾ എൻെറ പഠിത്തം തീന്നിരിക്കും. സാധാരണ പറയാറുള്ളതുപോലെ, അപ്പോൾ എനിക്കു് ജീവിതത്തിൽ പ്രവേശിക്കേണ്ടിവരും. ഒരു ഭാര്യകൂടാതെ നാലു സഹോദരന്മാരെയും (എല്ലാവരും ഇളയവരാണു്, ഒരാൾ വിവാഹിതനാണു്) രണ്ടു സഹോദരിമാരെയും (രണ്ടുപേരും 12 വയസ്സിനു താഴെയാണു്) മാതാപിതാക്കന്മാരെയും സംരക്ഷിക്കേണ്ടതുണ്ടു്. എനിക്കു് ആശ്രയിക്കത്തക്ക മൂലധനവുമില്ല. ഭൂസ്വത്തും വളരെ കുറച്ചേയുള്ളു. സഹോദരന്മാരുടെയും, സഹോദരിമാരുടെയും പഠിത്തത്തിനു ഞാൻ എന്താണു ചെയ്യേണ്ടതു്? പിന്നെ, സഹോദരിമാരെ, വൈകിയെന്നതിനേക്കാൾ നേരത്തെതന്നെ വിവാഹം കഴിപ്പിക്കയും വേണം....'

നേക്കാം നേരത്തെതന്നെ' വിവാഹം നടക്കുക എന്നതിനു് എന്താണർത്ഥമെന്നു എനിക്കു മനസ്സിലാകുന്നില്ല. ഒരു പ്രകാരത്തിലും 20 വയസ്സിനു മുമ്പേ അതു നടത്തേണ്ട ആവശ്യമില്ല. ഇത്ര വർഷങ്ങൾ മുൻകൂട്ടി ചിന്തിക്കുന്നതുകൊണ്ടു യാതൊരു പ്രയോജനവുമില്ല. അയാൾ തന്റെ ജീവിതപദ്ധതി മുഴുവനൊന്നു പുനഃപരിശോധിക്കുമെങ്കിൽ, സഹോദരിമാർതന്നെ താന്താങ്ങളുടെ പങ്കാളികളെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിനു് അയാൾ അനുവാദം നൽകും. അങ്ങനെയെങ്കിൽ ചടങ്ങുകൾ ഓരോന്നിനും 5 രൂപയിൽ കൂടുതൽ ഒരിക്കലും ചെലവാക്കേണ്ട കാര്യമില്ല. അത്തരം പല ചടങ്ങുകളിലും ഞാൻ സംബന്ധിച്ചുവരുന്നുണ്ടു്. ഭർത്താക്കന്മാരോ അവരുടെ മുതിർന്നവരോ എല്ലാം നല്ല നിലയിലുള്ള ബിരുദധാരികളാണു്.

അദ്ധ്യായം രണ്ടു്

പ്രേമവിവാഹം

1

വിവാഹം, അതു് യഥാർത്ഥത്തിൽ ആയിരിക്കേണ്ടതുപോലെ ഒരു വിശുദ്ധകർമ്മവും ഒരു പുതിയജീവിതത്തിലേക്കുള്ള പ്രവേശവുമാണെങ്കിൽ, വിവാഹിതരാകേണ്ട പെൺകുട്ടികൾ പൂർണവളർച്ചയെത്തിയവരായിരിക്കണം; ജീവിതസഖാക്കളെ തെരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിൽ അവക്കൊരു പങ്കുണ്ടായിരിക്കണം; സ്വന്തം പ്രവൃത്തികളുടെ അനന്തരഫലങ്ങളെപ്പററി ബോധമുണ്ടായിരിക്കുകയും വേണം.

2

നമ്മുടെ ശാസ്ത്രങ്ങളനുസരിച്ചു്, പതിനാറു വയസ്സോ അതിലധികമോ പ്രായമുള്ള ഒരു ചെറുപ്പക്കാരനെ, അവന്റെ പിതാക്കൾ, തങ്ങൾക്കു പരിപൂർണവിശ്വാസമുള്ള ഒരു സുഹൃത്തായിവേണം കരുതുവാൻ; അല്ലാതെ തങ്ങൾക്കു സമ്മർദ്ദംചെലുത്തി അനുസരിപ്പിക്കാവുന്ന ഒരു ശിശുവായിട്ടല്ല കരുതേണ്ടതു്. എന്നാൽ നമ്മുടെ നാട്ടിൽ ചില മാതാപിതാക്കന്മാർ, പ്രായപൂർത്തിയായ മക്കൾപോലും തങ്ങളുടെ ഓരോ ഹിതവും—അതവരുടെ വിവാഹം മുതലായ കാര്യങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചാകുമ്പോൾപോലും—അനുസരിക്കാൻ ബാദ്ധ്യസ്ഥരാണെന്ന മട്ടിൽ ചിന്തിക്കുന്നതായി തോന്നുന്നുണ്ടു് അവക്കിക്കാര്യത്തിൽ സ്വന്തമായ ഹിതാഹിതങ്ങളൊന്നും ഉണ്ടായിക്കൂടെന്നുള്ള മട്ടിൽ. ആണ്മക്കളെ സംബന്ധിച്ചുള്ള മനോഭാവം ഇതാണെങ്കിൽ പെണ്മക്കളുടെ ഗതി ഊഹിക്കാവുന്നതേയുള്ളല്ലോ. ഇങ്ങനെയുള്ള ദുർഘടങ്ങളിലെല്ലാം യുവാക്കന്മാരും യുവതികളും മാതാപിതാക്കളുടെ കോപത്തെ ഭയപ്പെടാതിരിക്കേണ്ടതു്, അവരുടെ അവകാശം മാത്രമല്ല ധാർമ്മികമായ കർത്തവ്യംകൂടിയാണെന്നു് എനിക്കു തോന്നുന്ന

1. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 19–8–1926 (Women, p. 49)
2. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 11–4–1929 (Women, p. 50)

പ്രായപൂർത്തിയായ ഒരു ബാലനോ ബാലികയോ ശരിയും ന്യായവുമായ ഒരു തീരുമാനമെടുക്കുകയും അതിൽത്തന്നെ സുദൃഢമായി ഉറച്ചുനില്ക്കുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ, മാതാപിതാക്കന്മാർ വലിയ വിഷമമൊന്നും ഉണ്ടാക്കാറില്ലെന്നാണ് എന്റെ അനുഭവം. മക്കളുടെ തീരുമാനം തികച്ചും അഭേദ്യമാണെന്ന് അവർക്കു മനസ്സിലായിക്കഴിയുമ്പോൾ അവർ അതുമായി താനേ പൊരുത്തപ്പെട്ടുകൊള്ളും. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ, മാതാപിതാക്കളുടെ എതിർപ്പിനു പിന്നിൽ അതു കുട്ടികളെ തങ്ങളുടെ വീക്ഷണഗതിയിലേക്കുതന്നെ കൊണ്ടുവരുമെന്നുള്ള അന്ത്യമായ പ്രത്യാശയുണ്ട്. എന്നാൽ ആ ആശ നശിച്ചുകഴിയുമ്പോൾ, കൂടുതൽ നിർബന്ധം അർത്ഥശൂന്യമാവുകയും തൽഫലമായി ഉപേക്ഷിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു.

3

ഒരു സുഹൃത്തു് എഴുതുകയാണ്:

'ഏതാണ്ടു രണ്ടുകൊല്ലം മുമ്പു സാമൂഹികമായ ഒരു ദുരന്തസംഭവം ഈ നഗരത്തെ കിടിലംകൊള്ളിക്കുകയുണ്ടായി. വൈശ്യസമുദായത്തിൽപ്പെട്ട ഒരു മാന്യന്നു പതിനാറുവയസ്സുള്ള ഒരു പെൺകുട്ടിയുണ്ടായിരുന്നു. ഇരുപത്തൊന്നുവയസ്സു പ്രായംവരുന്ന അവളുടെ മാതുലൻ ഈ നഗരത്തിൽത്തന്നെ കോളേജിൽ പഠിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു. അവർ രഹസ്യമായി പരസ്പരം പ്രേമബദ്ധരായി. ആ പെൺകുട്ടി ഗർഭിണിയായെന്നു പറയപ്പെടുന്നു. ഒടുവിൽ യഥാർത്ഥസ്ഥിതിഗതികൾ വെളിപ്പെട്ടപ്പോൾ ആ കാമുകീകാമുകന്മാർ വിഷംകുടിച്ച് ആത്മഹത്യചെയ്തു. ഇക്കാര്യത്തിൽ അങ്ങയുടെ അഭിപ്രായമെന്താണ്?'

എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ, ഒരു പ്രത്യേകസമുദായം നിരോധിച്ചിരിക്കുന്ന ഇങ്ങനെയുള്ള വിവാഹങ്ങൾ, പെട്ടെന്നോ അഥവാ ഒരു വ്യക്തിയുടെ ഹിതമനുസരിച്ചോ അംഗീകരിക്കപ്പെടുക സാധ്യമല്ല. അതുപോലെതന്നെ, സമുദായത്തിനോ ബന്ധപ്പെട്ട കക്ഷികളുടെ ബന്ധുക്കൾക്കോ ഇങ്ങനെയുള്ള വിവാഹത്തിൽ ഏർപ്പെടണമെന്നാഗ്രഹിക്കുന്ന യുവജനങ്ങളുടെമേൽ തങ്ങളുടെ ഹിതം അടിച്ചേല്പിക്കുവാനും അവരുടെ പ്രവർത്തനസ്വാതന്ത്ര്യം ബലംപ്രയോഗിച്ചു പരിമിതപ്പെടുത്തുവാനും യാതൊരവകാശവുമില്ല. ലേഖകൻ ചൂണ്ടിക്കാണിച്ച കാര്യത്തിൽ, ഇരുകക്ഷികളും പ്രായപൂർത്തിയെത്തിയവരായിരുന്നു; സ്വയം ചിന്തിക്കുവാൻ നല്ല കഴിവുള്ളവരുമായിരുന്നു. വിവാഹം ചെയ്യണമെന്നായിരുന്നു അവരുടെ ആഗ്രഹമെങ്കിൽ അതിൽനിന്ന് അവരെ ബലംപ്രയോഗിച്ചു തടയുവാൻ ആർക്കും യാതൊരവകാശവുമുണ്ടായിരുന്നില്ല. സമുദായത്തിനു് അങ്ങേയററം ചെയ്യാവുന്നതു്, ആ വിവാഹം അംഗീകരിക്കാതിരിക്കുകയാണ്. എന്നാൽ അവരെ ആത്മഹത്യയിലേക്കു പായിക്കുകയെന്നതു സ്വേച്ഛാധികാരത്തിന്റെ പാരമ്യമാണ്.

3. ഹരിജൻ, 19—5—1937 (Women, pp·50—51)

വിവാഹവിലക്കുകൾ സാർവ്വലൗകികമല്ല; ഏറിയപങ്കും അതു സാമൂഹ്യാചാരങ്ങളെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ളവയുമാണ്. ഈ ആചാരങ്ങൾ വിവിധ ജനവിഭാഗങ്ങളിലെന്നതുപോലെതന്നെ ദേശങ്ങളിലും വ്യത്യസ്തങ്ങളാണ്. ഇതുകൊണ്ടു യുവജനങ്ങൾക്കു ചിരപ്രതിഷ്ഠിതങ്ങളായ എല്ലാ സാമൂഹ്യാചാരങ്ങളും നിരോധനങ്ങളും വിഗണിക്കാമെന്നർത്ഥമില്ല. അങ്ങനെ ചെയ്യുവാൻ തീരുമാനിക്കുന്നതിനുമുമ്പ് അവർ പൊതുജനാഭിപ്രായം തങ്ങൾക്കനുകൂലമായി മാററണം. ഇതിനിടയിൽ, ബന്ധപ്പെട്ട വ്യക്തികൾ ക്ഷമാപൂർവ്വം സന്ദർഭംകാത്തിരിക്കുകയോ, അങ്ങനെ ചെയ്യുവാൻ കഴിയുകയില്ലെങ്കിൽ ശാന്തമായും സമാധാനമായും സമുദായബഹിഷ്കരണത്തിൻെറ ഭവിഷ്യത്തുകളെ അഭിമുഖീകരിക്കുകയോ ചെയ്യണം.

അതേസമയം ചിരപ്രതിഷ്ഠിതങ്ങളായ മാമൂലുകളെ വകവയ്ക്കാതിരിക്കുകയോ ലംഘിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നവരുടെനേരെ നിർദ്ദയമായ ചിററമ്മനയം സ്വീകരിക്കാതിരിക്കേണ്ടതു സമുദായത്തിൻെറ കർത്തവ്യവുമാണ്. പ്രസ്തുതലേഖകൻ വിവരിച്ച സംഭവത്തിൽ ആ വിവരണം ശരിയാണെങ്കിൽ ആ യുവദമ്പതികളെ ആത്മഹത്യയിലേക്കു നയിച്ചതായ കുററം സമുദായത്തിൻെറ തോളുകളിൽത്തന്നെയാണിരിക്കുന്നത്.

4

വിവാഹബന്ധങ്ങളെ സംബന്ധിക്കുന്ന പലമാതിരി നിരോധനങ്ങളുടെ ശാസ്ത്രീയമായ അടിസ്ഥാനമെന്താണെന്ന് എനിക്കറിഞ്ഞുകൂടാ. എന്നാൽ സദ്വൃത്തിയും ആത്മനിയന്ത്രണവും പരിപാലിക്കുന്നതിനു സഹായകമായ ഒരു സാമൂഹ്യാചാരത്തിനോ പതിവിനോ ധാർമ്മികനിയമത്തിൻെറ പവിത്രതയുണ്ടായിരിക്കണമെന്നു എനിക്കു വ്യക്തമായി തോന്നുന്നു. സഹോദരീസഹോദരന്മാർ തമ്മിലുള്ള വിവാഹത്തെ നിരോധിച്ചിരിക്കുന്നതിൻെറ അടിസ്ഥാനം, വർഗസംസ്കാരസംബന്ധമായ പരിഗണനകളാണെങ്കിൽ, അവ മച്ചുനർ തമ്മിലുള്ള വിവാഹത്തിലും അത്രതന്നെ ബാധകമാകണം. അതിനാൽ, ഒരു പ്രത്യേകസമുദായത്തിൽ ഇങ്ങനെയുള്ള നിരോധനങ്ങൾ നിലവിലിരിക്കുമ്പോൾ, അതിനെ ആദരിക്കുകയായിരിക്കും, സാധാരണഗതിയിൽ സുരക്ഷിതമായ ഒരു നടപടിക്രമം. ആദർശപരമായ ഒരു വിവാഹത്തിനു് എൻെറ ലേഖകൻ എണ്ണിപ്പറയുന്ന വ്യവസ്ഥകളെ* ഞാൻ പൊതുവിൽ സ്വീകരിക്കുന്നു. എന്നാൽ

4. ഹരിജൻ, 5–6–37. (Women, pp. 64–65)

* ഈ ഭാഗം ഒരു സുഹൃത്തിനു മഹാത്മജി നൽകിയ മറുപടിയിൽ നിന്നാണ്. പ്രസ്തുത സുഹൃത്ത്, തൻെറ അഭിപ്രായത്തിൽ ഒരാദർശവിവാഹത്തിനു വേണ്ട വ്യവസ്ഥകൾ ഇങ്ങനെ രേഖപ്പെടുത്തുന്നു:
എ) പരസ്പരാകർഷണം അഥവാ പ്രേമം.
ബി) വർഗ്ഗസംസ്ക്കാരസംബന്ധമായ പൊരുത്തം.
സി) ബന്ധപ്പെട്ട കുടുംബങ്ങളുടെ അംഗീകാരവും സമ്മതവും. വിവാഹം കഴിക്കുന്ന ആൾ ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന സാമൂഹ്യവ്യവസ്ഥിതിയുടെ താത്പര്യങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള പരിഗണന. ഡി) ആത്മീയമായ വികാസം.

പ്രാധാന്യേനയുള്ള അവയുടെ ക്രമം ഒന്നു വ്യത്യാസപ്പെടുത്തുകയും, പ്രേമത്തിനു് അവയിൽ ഒടുവിലത്തെ സ്ഥാനം നല്കുകയും ചെയ്യും. അതിനു് ഒന്നാംസ്ഥാനം നൽകുന്നതുകൊണ്ടു മറ്റു വ്യവസ്ഥകൾ അതുമൂലം മറഞ്ഞുപോകാനും ഏറെക്കുറെ നിഷ്ഫലമായിത്തീരാനും ഇടയുണ്ടു്. അതിനാൽ വിവാഹത്തിനുള്ള നിശ്ചയത്തിൽ ആത്മീയ വികാസത്തിനു ഒന്നാംസ്ഥാനം കൊടുക്കണം. സേവനത്തിനു് അടുത്ത സ്ഥാനവും, കുടുംബപരിഗണനകൾക്കും സാമൂഹ്യവ്യവസ്ഥിതിയുടെ താൽപര്യങ്ങൾക്കും മൂന്നാംസ്ഥാനവും, പരസ്പരാകർഷണത്തിനു അഥവാ 'പ്രേമ'ത്തിനു് നാലാമത്തേതും അവസാനത്തേതുമായ സ്ഥാനവും നല്കണം. മറ്റു നാലു വ്യവസ്ഥകൾ നിറവേറാത്തപ്പോൾ, പ്രേമംമാത്രം വിവാഹത്തിനു മതിയായ ഒരു കാരണമാകുകയില്ലെന്നാണു് ഇതിൻെറയർത്ഥം. അതേസമയം മറ്റെല്ലാ വ്യവസ്ഥകളും യോജിച്ചുവന്നാലും പ്രേമമില്ലാത്ത വിവാഹവും ഇതുപോലെതന്നെ വർജ്ജിക്കേണ്ടതാണു്. വർഗ്ഗസംസ്കാരസംബന്ധമായ യോജിപ്പെന്ന വ്യവസ്ഥ, ഞാൻ വെട്ടിക്കളയുന്നു. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ വിവാഹത്തിൻെറ പരമോദ്ദേശ്യം സന്താനലാഭമാകയാൽ വർഗസംസ്കാരസംബന്ധമായ യോജിപ്പും വെറുമൊരു വ്യവസ്ഥയായിമാത്രം പരിഗണിക്കാൻ നിവൃത്തിയില്ല, അതു വിവാഹത്തിൻെറ ഒരു അവിഭാജ്യഘടകമാണു്.

5

നല്ലൊരു പ്രവർത്തകയും ഉത്തമമായി രാജ്യസേവനം ചെയ്യുന്നതിനുവേണ്ടി അവിവാഹിതയായി ജീവിക്കാൻ ആഗ്രഹിച്ചിരുന്നവരുമായ ഒരു സഹോദരി, തൻെറ സ്വപ്നങ്ങളിലെ കൂട്ടുകാരനെ കണ്ടെത്തിയതിനെ തുടർന്നു്, ഈയിടെ വിവാഹിതയായി. എന്നാൽ അങ്ങനെ ചെയ്തതുമൂലം താൻ തെററുചെയ്തുവെന്നും താൻ മുൻനിത്തിയിരുന്ന ഉന്നതാദർശത്തിൽനിന്നു താഴെപ്പതിച്ചുവെന്നും അവർ ഭാവന ചെയ്യുന്നു. ഈ വ്യാമോഹത്തിൽനിന്നു അവരുടെ മനസ്സിനെ മോചിപ്പിക്കാൻ ഞാൻ ശ്രമിക്കുകയുണ്ടായി. സേവനത്തെ പുരസ്കരിച്ചു പെൺകിടാങ്ങൾ അവിവാഹിതരായിക്കഴിയുന്നതും അത്യുത്തമമായ ഒരു കാര്യമാണെന്നതിനു സംശയമൊന്നുമില്ല. എന്നാൽ പത്തുലക്ഷത്തിലൊരാൾക്കേ അങ്ങനെ ചെയ്യുവാൻ കഴിയുള്ളുവെന്നുള്ളതാണു പരമാർത്ഥം...ഹിന്ദുമതത്തിൽ വിവാഹം നാലു ആശ്രമങ്ങളിലൊന്നാണു് മററു മൂന്നും യഥാർത്ഥത്തിൽ അതിനെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ളവയാണു്. എന്നാൽ നിർഭാഗ്യവശാൽ, ആധുനികകാലത്തു് വിവാഹം വെറും ശാരീരികസംയോജനം മാത്രമായി പരിഗണിക്കപ്പെടാനിടയായിരിക്കുന്നു.

അതിനാൽ, മേൽ പ്രസ്താവിച്ച സഹോദരിയുടേയും അവരെപ്പോലെ ചിന്തിക്കുന്ന മററു സഹോദരിമാരുടേയും ചുമതല വിവാഹത്തെ അപകൃഷ്ടമായിക്കരുതാതെ, അതിനു് അർഹിക്കുന്ന സ്ഥാനം

5. ഹരിജൻ, 22-3-1942 (Women, p. 70)

നല്ലി, അതു വാസ്തവത്തിൽ ആയിരിക്കുന്നതുപോലെ ഒരു വിശുദ്ധ കർമ്മമാക്കിത്തീർക്കുകയാണ്. അവർ ആവശ്യമായ ആത്മനിയന്ത്രണം പാലിക്കുകയാണെങ്കിൽ സേവനത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള കൂടുതലായ ഒരു ശക്തി തങ്ങളുടെയുള്ളിൽ വളരുന്നതായി അവർക്കു മനസ്സിലാകും. സേവനോത്സുകയായ ഒരുവനു, സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെ അതേ മനോഭാവത്തോടുകൂടിയ ഒരാളെയായിരിക്കും ജീവിതത്തിലെ പങ്കാളിയായി വരിക്കുക. അവരുടെ സംയുക്തസേവനം രാഷ്ട്രത്തിന്റെ നേട്ടവുമായിരിക്കും. ബുദ്ധിശാലികളും സുശിക്ഷിതരുമായ സന്താനങ്ങളെ രാജ്യത്തിനു നൽകുന്നവനു തീർച്ചയായും ഒരു സേവനംതന്നെയാണ് അനുഷ്ഠിക്കുന്നതു് ആ മക്കൾ വളർന്നുവരുമ്പോൾ അവരും സേവനസന്നദ്ധരായിരിക്കും. സജീവമായ സേവനൗത്സുക്യമുള്ളവർ, ജീവിതത്തിൽ അവരുടെ സ്ഥാനമെന്തായാലും, എപ്പോഴും സേവനം ചെയ്യും. സേവനത്തിനു പ്രതിബന്ധമാകാവുന്ന ഒരു ജീവിതപന്ഥാവും അവർ ഒരിക്കലും സ്വീകരിക്കുകയില്ല.

അദ്ധ്യായം മൂന്ന്

ശൈശവവിവാഹം

1

...മേദസ്സു വർദ്ധിപ്പിച്ചതിനാൽ ദുർബലമായിത്തീർന്ന ഒരു ശരീരത്തിൽ കുടികൊള്ളുന്ന മനസ്സും സാധാരണയായി ദുർബലമായിരിക്കും. മനശ്ശക്തിയില്ലാത്തയിടത്തു് ആത്മശക്തിയും ഉണ്ടായിരിക്കുക സാദ്ധ്യമല്ല. ശൈശവവിവാഹങ്ങളും ആഡംബരസമൃദ്ധമായ ജീവിതവും ഒഴിവാക്കി നാം നമ്മുടെ ശാരീരികസ്ഥിതി മെച്ചപ്പെടുത്തേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. തകർന്ന ശരീരസ്ഥിതിയുള്ള ഒരു മനുഷ്യനോടു നിറതോക്കിനെ അഭിമുഖീകരിക്കുവാൻ ഞാൻ ആവശ്യപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ,ഞാൻ സ്വയം പരിഹാസപാത്രമാവുകയായിരിക്കും ചെയ്യുന്നതു്.

2

കൊച്ചുകുട്ടികളുടെ കാര്യത്തിൽ കന്യാദാനമെന്നാൽ എന്താണ്? ഒരു പിതാവിനു തന്റെ കുട്ടികളുടെമേൽ എന്തെങ്കിലും ഉടമാവകാശമുണ്ടോ? അയാൾ അവരുടെ രക്ഷകനാണ്, ഉടമസ്ഥനല്ല. തന്റെ സംരക്ഷണയിലുള്ള ശിശുവിന്റെ സ്വാതന്ത്ര്യം വെച്ചുമാറുവാൻ ശ്രമിച്ചു്, ആ സംരക്ഷണാവകാശം ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തുമ്പോൾ അയാൾ ആ അവകാശം നഷ്ടപ്പെടുത്തുകയാണ് ചെയ്യുന്നതു്.

ജരാബാധിതനായ ഒരു കിഴവനു്, അഥവാ കഷ്ടിച്ചു കൗമാരപ്രായമായ ഒരു ബാലനു തന്റെ പുത്രിയെ വിവാഹം ചെയ്തുകൊടുത്തു തന്റെ രക്ഷാബാദ്ധ്യത ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തുന്ന ഒരു പിതാവു് ഏററവും

1. ഹിന്ദ്സ്വരാജ് (1908) പേജ് 84.
2. യങ് ഇൻഡ്യ 11–11–'26 (Selections from Gandhi, p.273).

ഇങ്ങേയററം ചെയ്യേണ്ടതു്, തന്റെ പുത്രി വിധവയായിത്തീരു മ്പോഠം അവളെ പുനർവ്വിവാഹം ചെയ്തുകൊടുത്തു ആ പാപത്തിൽനി ന്നു സ്വയം ശുദ്ധീകരിക്കുകയാണു്. ഇങ്ങനെയുള്ള വിവാഹങ്ങഠം കാലേകൂട്ടിത്തന്നെ അസാധുവായി പ്രഖ്യാപിക്കപ്പെടണം.

3

നേരത്തെതന്നെയുള്ള(25 വയസ്സാകുന്നതിനു മുമ്പുള്ള) വിവാഹ ത്തിനുപകരം ശൈശവവിവാഹത്തിനു ആജ്ഞാപിക്കുന്ന പ്രമാണം ആധികാരികമായിരുന്നാൽത്തന്നെയും, വ്യക്തമായ അനുഭവത്തി ന്റെയും ശാസ്ത്രീയവിജ്ഞാനത്തിന്റെയും വെളിച്ചത്തിൽ നാം അ തിനെ നിരസിക്കണം. ഹിന്ദുസമുദായത്തിൽ ശൈശവവിവാഹം സാർവ്വത്രികമാണെന്നുള്ള പ്രസ്താവനയുടെ സൂക്ഷ്മതയെ ഞാൻ ചോദ്യം ചെയ്യുന്നു. ദശലക്ഷക്കണക്കിനു ബാലികമാർ വിവാഹിതരാണെ ന്നു്,ശിശുക്കളായിരിക്കേതന്നെ ഭാര്യമാരായി ജീവിക്കുന്നവരാണെ ന്നു്, കാണേണ്ടിവന്നാൽ ഞാൻ വ്യസനിക്കുകതന്നെ ചെയ്യും. ഈ 'ദശലക്ഷക്കണക്കിനു' പെൺകിടാങ്ങഠം, ഏതാണ്ടു പതിനൊന്നാം വയസ്സിൽത്തന്നെ വിവാഹിതരായിരുന്നുവെങ്കിൽ, ഒരു വർഗ്ഗമെന്ന നിലയിൽ ഹൈന്ദവർ പണ്ടേ കഥാവശേഷരാകുമായിരുന്നു.

അതുപോലെതന്നെ, മാതാപിതാക്കഠം പെൺമക്കഠംക്കു ഭർത്താ ക്കന്മാരെ തെരഞ്ഞെടുക്കുന്ന സമ്പ്രദായം തുടരണമെങ്കിൽ വിവാഹം ചെറുപ്പത്തിൽത്തന്നെ ഉറപ്പിക്കണമെന്നോ നടത്തണമെന്നോ ഇ തിൽനിന്നു സിദ്ധിക്കുന്നില്ല.

4

...വിവാഹത്തിനുശേഷം,ഒരുകണക്കിനു്, ദൃഷ്ടിയിൽനിന്നു മറ യുന്ന നമ്മുടെ പെൺകിടാങ്ങളുടെ കാര്യം പരിഗണിക്കാം. അവർ നമ്മുടെ വിദ്യാലയങ്ങളിലേക്കു മടങ്ങിവരാനുള്ള സാധ്യതയില്ല. പെൺകിടാങ്ങളെ വളരെ ചെറുപ്പത്തിലേ വിവാഹംചെയ്തുകൊടുക്കു കയെന്ന പാപം ഒരിക്കൽ ചെയ്തു കഴിഞ്ഞാൽ, തങ്ങളുടെ തെററി ന്റെ കാഠിന്യം പില്ക്കാലത്തു ബോദ്ധ്യമായാൽപോലും അമ്മമാർക്കു് അവരെ വിദ്യാഭ്യാസം ചെയ്യിക്കാനോ, അവരുടെ വിരസമായ ജീവിതം മററുതരത്തിൽ ആനന്ദകരമാക്കാനോ സാധിക്കുകയില്ല. ഒരു പെൺകിടാവിനെ വിവാഹം കഴിക്കുന്ന പുരുഷൻ, അങ്ങനെ ചെയ്യുന്നതു് എന്തെങ്കിലും പരക്ഷേമേച്ഛകൊണ്ടല്ല, പിന്നെയോ വെറും കാമംമൂലമാണു്. ഈ പെൺകിടാങ്ങളെ ആരാണു രക്ഷിക്കു ക? ഈ ചോദ്യത്തിനുള്ള ഉചിതമായ മറുപടിതന്നെ, സ്ത്രീകളുടെ പ്ര ശ്നത്തിന്റെ പരിഹാരത്തിലേക്കു നയിക്കും. ആ മറുപടി വിഷമകര മാണെന്നതിനു സംശയമില്ല;എന്നാൽ നല്കാവുന്ന മറുപടി അതൊന്നു

3. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 9–9–'26 (Women. p. 43)
4. 2 –2–1918–ൽ, ബോംബെ ഭഗിനിസമാജത്തിന്റെ വാർഷികസമ്മേള നത്തിൽ ചെയ്ത ഒരു പ്രസംഗത്തിൽനിന്നു് (Women. pp. 14–15)

മാത്രമാണ്. പക്ഷേ, അവരംക്കവേണ്ടി നിലകൊള്ളാൻ ഭത്താവല്ലാതെ മററാരുമുണ്ടായിരിക്കുകയില്ലെന്ന തീച്ച്. ഒരു ശിശുഭാര്യയ്ക്കു തന്നെ വിവാഹംചെയ്തയാളിനെ മനഃപരിവത്തനം ചെയ്തുകൊണ്ടു വരാൻ കഴിയുമെന്ന പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതു ഫലശൂന്യമാണ്. അതിനാൽ ദുഷ്കരമായ ഈ ജോലി തല്ക്കാലത്തേക്കെങ്കിലും പുരുഷനുതന്നെ വിട്ടുകൊടുക്കണം. എനിക്കു കഴിയുമായിരുന്നെങ്കിൽ ഞാൻ ശിശുഭാര്യമാരുടെ ഒരു സ്ഥിതിവിവരക്കണക്കെടുക്കുകയും ആ ഭത്താക്കന്മാരെ കണ്ടുപിടിക്കുകയും, തങ്ങളുടെ ഭാഗധേയത്തെ ശിശുഭാര്യമാരുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി അവർ ചെയ്തുപോയ തെററിൻെറ ഭീകരത അവരെ ബോദ്ധ്യപ്പെടുത്തുവാൻ ശ്രമിക്കുകയും, അവർ തങ്ങളുടെ ഭാര്യമാക്കു ശിശുക്കളെ പ്രസവിക്കുവാൻ മാത്രമല്ല, അവരെ ശരിയായ വിധത്തിൽ വളർത്തിക്കൊണ്ടുവരുവാൻ ആവശ്യമായ വിദ്യാഭ്യാസം നൽകുകയും അവർ പരിപൂണ്ണബ്രഹ്മചാരികളായി ജീവിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ ആ പാപത്തിൽനിന്നു മോചനം ലഭിക്കുകയില്ലെന്നു ഞാൻ അവക്കു താക്കീതു നൽകുകയും ചെയ്യുമായിരുന്നു.

5

...വിവാഹസമ്മതത്തിനുള്ള പ്രായം വെറും പതിന്നാലു വയസ്സായിട്ടല്ല, പതിനാറായിട്ടുതന്നെ ഉയർത്തുന്നതിനു ഞാൻ ശക്തമായി അനുകൂലിക്കുന്നു....

....ഇളംപ്രായത്തിലുള്ള സാധുബാലികമാരെ പുരുഷൻെറ കാമാത്തിയിൽനിന്നു രക്ഷിക്കണമെന്ന ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടിയ ഏതു പ്രസ്ഥാനത്തെയും ഞാൻ ഹൃദയപൂവ്വം അംഗീകരിക്കുന്നു. വിവാഹകമ്മം എന്നു പറയപ്പെടുന്ന ഒരു ചടങ്ങുവഴി അസാന്മാർഗികവും മനുഷ്യത്വമില്ലാത്തതുമായ ഒരു കൃത്യത്തിനു മേലാൽ നിയമസാധുത്വം നല്കേണ്ടതില്ല. എൻെറ എളിയ അഭിപ്രായത്തിൽ പതിന്നാലാംവയസ്സിൽപ്പോലുമുള്ള വിവാഹം നിസ്സംശയമായും അത്തരം ഒരു കൃത്യമാണ് തികച്ചും അധാമ്മികമായ ഒരു നടപടിക്കു പവിത്രത നല്കുവാൻ, സംശയകരമായ ആധികാരികസ്വഭാവത്തോടുകൂടിയ സംസ്കൃതസൂക്തികളെ പ്രമാണമാക്കിക്കൂടാ. നിരവധി ശിശു—മാതാക്കളുടെ ആരോഗ്യം തകരുന്നതു ഞാൻ നേരിട്ടു കണ്ടിട്ടുണ്ട്. ശൈശവവിവാഹത്തിൻെറ ഭീകരതകളോട്, അകാലികവൈധവ്യംകൂടി നിർബന്ധിതമാക്കുമ്പോരം, മനുഷ്യനെസ്സംബന്ധിക്കുന്ന ദുരന്തം സമ്പൂണ്ണമായി. മാനുഷികമായ ആ ദുരന്തസംഭവം പൂത്തിയായി. വിവാഹസമ്മതപ്രായം ഉയത്തുന്നതിനുവേണ്ടിയുള്ള ഉചിതമായ ഏതു നിയമനിമ്മാണത്തിനും തീച്ചയായും എൻെറ അംഗീകാരം ഉണ്ടായിരിക്കും.

.....ഭാരതീയബാലികമാരെ അകാലവാർദ്ധക്യത്തിൽനിന്നും അപ്രാപ്തകാലമായ ചരമത്തിൽനിന്നും, ഹിന്ദുമതത്തെ ശിഥിലാംഗരും ദുർബലരുമായ ശിശുക്കളുടെ ജനനത്തിനുള്ള ഉത്തരവാദിത്വ

5. യങ് ഇൻഡ്യ 27–8–1925 (Women, p. 42)

ത്തിൽനിന്നും രക്ഷിക്കുകയെന്ന മഹത്തായ കൃത്യത്തിലേർപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന ഏവർക്കും ഞാൻ സർവവിധവിജയങ്ങളും ആശംസിക്കുന്നു.

6

ശൈശവവിവാഹങ്ങളെ ഞാൻ വെറുക്കുന്നു. ഒരു ബാലവിധവയെ കാണുമ്പോൾ ഞാൻ ഞെട്ടുകയും വിഭാര്യനായ ഒരു ഭർത്താവ് ഉടനെതന്നെ ക്രൂരമായ ഉദാസീനതയോടെ മറെറാരു വിവാഹത്തിലേപ്പെടുന്നതു കാണുമ്പോൾ കോപത്താൽ വിറച്ചുപോകുകയും ചെയ്യുന്നു. തങ്ങളുടെ പെൺമക്കളെ തികച്ചും അജ്ഞരും നിരക്ഷരരുമാക്കിവയ്ക്കുകയും സാമ്പത്തികമായി കഴിവുള്ള ഏതെങ്കിലുമൊരു ചെറുപ്പക്കാരനു വിവാഹംചെയ്തു കൊടുക്കണമെന്നുള്ള ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടിമാത്രം വളർത്തുകയും ചെയ്യുന്ന മാതാപിതാക്കളുടെ കുററകരമായ അനാസ്ഥയെ ഞാൻ അപലപിക്കുന്നു.

7

ഒരു പെൺകിടാവിനെ ഋതുമതിയാകുന്നതിനു മുമ്പു വിവാഹം കഴിച്ചുകൊടുക്കാത്തതു പാപമാണെന്നുപറയാൻ ആത്മനിയന്ത്രണമില്ലാതെ തിന്മയിൽ മുഴുകിയിരിക്കുന്ന ഒരാളിനുമാത്രമേ കഴിയൂ. ഋതുമതിയായി ഏതാനും വർഷങ്ങൾ കഴിയുന്നതിനു മുമ്പ് ഒരു പെൺകുട്ടിയെ വിവാഹം കഴിക്കുന്നതു പാപകരമായി കരുതപ്പെടണം. ഋതുമതിയാകുന്നതിനുമുമ്പു വിവാഹത്തെക്കുറിച്ചുള്ളചിന്തപോലും ഉണ്ടാകരുത്. മൂക്കിനുതാഴെ ആദ്യത്തെ രോമം കുരുത്തുതുടങ്ങിയ ഒരു ബാലനു സന്താനോൽപ്പാദനത്തിനുള്ള പ്രാപ്തിയേക്കാൾ ഒട്ടും അധികമല്ല, ഋതുമതിയാകുന്ന ഉടനെ ഒരു പെൺകുട്ടിക്കു ഗർഭധാരണത്തിനുള്ള കഴിവ്.

ഈ ശൈശവവിവാഹസമ്പ്രദായം ശാരീരികമെന്നപോലെതന്നെ ധാർമ്മികമായുള്ള ഒരു തിന്മയാണ്. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ,അതു നമ്മുടെ സന്മാർഗ്ഗബോധത്തിനു തുരങ്കംവയ്ക്കുകയും ശാരീരികമായ ജീർണ്ണതയ്ക്കു വഴിതെളിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇങ്ങനെയുള്ള ആചാരങ്ങളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതുമൂലം നാം ദൈവത്തിൽനിന്നും സ്വരാജിൽനിന്നും പിന്നോക്കം പേർവുകയാണു ചെയ്യുന്നതു്. ഒരു പെൺകിടാവിന്റെ ഇളംപ്രായത്തെക്കുറിച്ചു ചിന്തയില്ലാത്ത ഒരു പുരുഷനു ദൈവത്തെക്കുറിച്ചും ചിന്തയില്ല.

...എന്നാൽ സർവ്വസാധാരണമായ ഒരു തെററ് ഇല്ലായ്മചെയ്യുവാൻ കൂടുതൽ പര്യാപ്തമായിട്ടുള്ളതു നിയമനിർമ്മാണമല്ല; പ്രബുദ്ധമായ പൊതുജനാഭിപ്രായത്തിനാണു അതു ചെയ്യുവാൻ കഴിവുള്ളതു്. ഇങ്ങനെയുള്ള കാര്യങ്ങളിൽ ഞാൻ നിയമനിർമ്മാണത്തിനെതിരല്ല. എന്നാൽ പൊതുജനാഭിപ്രായരൂപവൽക്കരണത്തിനു ഞാൻ കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം കൊടുക്കുന്നു. സാധാരണഗതിയിൽ പതിനെട്ടു വയ

6. യങ് ഇൻഡ്യ 21–7–'21 (Sarvodaya, p. 62)
7. യങ് ഇൻഡ്യ 26–8–1926 (Women, pp. 41–43)

സ്സിനു താഴെയുള്ള ഒരു പെൺകുട്ടിയെ ഒരിക്കലും വിവാഹം കഴിച്ചു കൊടുക്കരുതു്.

8

....എന്നാൽ സ്ത്രീകറം എപ്പോഴും പുരുഷന്മാരുടെമേൽ കുററമാരോപിച്ചു സ്വന്തം മനസ്സാക്ഷിയെ രക്ഷപ്പെടുത്താൻ നോക്കുന്നതു ശരിയാണോ? അവരിൽ പ്രബുദ്ധമതികളായവർക്കു്, ഈ പരിഷ്കാരത്തിന്റെ ചുമതല ഏറെറടുക്കുകയെന്നതു തങ്ങളുടെ വർഗ്ഗത്തോടെന്നപോലെ തങ്ങളുടെ സന്താനങ്ങളായ പുരുഷന്മാരോടും ഉള്ള ചുമതലയല്ലേ? വിവാഹത്തോടുകൂടി അവർ തങ്ങളുടെ ഭർത്താക്കന്മാരുടെ പാവകളും, ഭാവിയിലെ കുരുട്ടമനുഷ്യരെ വളർത്തുന്ന ജോലിയിൽ അകാലികമായി ഏപ്പെടുന്നവരുമായിത്തീരുകയാണെങ്കിൽ, അവക്കു ലഭിക്കുന്ന വിദ്യാഭ്യാസംകൊണ്ടുള്ള പ്രയോജനമെന്താണു്? വേണമെങ്കിൽ സ്ത്രീകറംക്കു വോട്ടവകാശം കിട്ടാൻവേണ്ടി അവർക്കു സമരം ചെയ്യാം. അതുകൊണ്ടു സമയനഷ്ടമോ മററു വിഷമങ്ങളോ ഉണ്ടാകുന്നില്ല. അതവർക്കു നിരുപദ്രവമായ ഒരു വിനോദമായിരിക്കും. എന്നാൽ തനിക്കു പ്രായപൂത്തിയാകാതെയും തന്റെഇഷ്ടാനുസരണം തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന ആളിനെയല്ലാതെയും വിവാഹം ചെയ്യാൻ വിസമ്മതിക്കുന്നതിനു തക്ക ശക്തി ഓരോ പെൺകുട്ടിക്കും ഉണ്ടാകുകയും അങ്ങനെ ബാല്യവിവാഹങ്ങറം അസാദ്ധ്യമായിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നതുവരെ ബാലികമാരായ ഭാര്യമാരുടെയും വിധവകളുടെയും ഇടയിൽ വിശ്രമമില്ലാതെ പ്രയത്നിക്കുകയും പുരുഷന്മാർക്കുതന്നെ വിശ്രമം നൽകാതിരിക്കുകയും ചെയ്യാൻ കഴിവുള്ള ധീരവനിതകറം എവിടെ?

9

ശൈശവവിവാഹശാപം, നഗരങ്ങളിലെ അത്രതന്നെയെങ്കിലും ഗ്രാമങ്ങളിലും വ്യാപകമാണു്. പ്രധാനമായും അതു (ശൈശവവിവാഹനിരോധനം) സ്ത്രീകളുടെ ജോലിയാണു്. പുരുഷന്മാക്കും അവരുടേതായ പങ്കു നിർവഹിക്കുവാനുണ്ടെന്നുള്ളതിൽ സംശയമില്ല. എന്നാൽ ഒരു പുരുഷൻ മൃഗപ്രായനായിപ്പോയാൽ യുക്തിക്കു ചെവി കൊടുത്തുവെന്നു വരില്ല. അതിനാൽ തങ്ങളുടെ അവകാശവും വിസമ്മതിക്കാനുള്ള ബാദ്ധ്യതയും മനസ്സിലാക്കുവാൻ ആവശ്യമായ ശിക്ഷണം അമ്മമാർക്കാണു നല്കേണ്ടതു്. ഇതു നൽകുവാൻ സ്ത്രീകറംക്കല്ലാതെ മററാർക്കാണു കഴിയുക?

10

....ശൈശവവിവാഹങ്ങളെ തടയുവാനും കഴിയുന്നിടത്തെല്ലാം ബാലവിധവകളുടെ പുനർവിവാഹം പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുവാനും നീതിനിഷ്ഠവും ന്യായാനുസൃതവുമായ എല്ലാ മാർഗ്ഗങ്ങളും ഉപയോഗി

8. യങ് ഇൻഡ്യ 7-10-1926 (Women, p. 48)
9. ഹരിജൻ 16-12-1935 (Women, p. 48)
10. യങ് ഇൻഡ്യ 1-9-1927 (Women, pp. 44-45)

ക്കന്നതാണെന്ന പ്രതിജ്ഞയെടുത്ത കാരുണ്യസംഘങ്ങാം രൂപവൽക്കരിക്കാൻ സംശയാതീതമായ സ്വഭാവശുദ്ധിയുള്ള ചെറുപ്പക്കാർ മുമ്പോട്ടുവരേണ്ടതാണു്; അതിനു് എന്താണു പ്രതിബന്ധം? ഈ രണ്ടു കാര്യങ്ങളും കൈകോർത്തുപിടിച്ചു മുമ്പോട്ടു പോകുന്നതാണെന്നു് എനിക്കു തോന്നുന്നു. ഫലപ്രദമായ ജോലി ചെയ്യുവാൻ സാധിക്കുന്നതിനു് ഈ കാരുണ്യസംഘങ്ങാം തങ്ങളുടെ പ്രവത്തനങ്ങാം പ്രാദേശികാടിസ്ഥാനത്തിൽ നടത്തണം. ഏതാനും വർഷങ്ങാംക്കകം തങ്ങാം ഒരു അപ്രതിരോധ്യശക്തിയായിത്തീരുന്നതു് അവർക്കു കാണാൻ കഴിയും. നമ്മുടെ ബഹുഭൂരിപക്ഷം നഗരങ്ങളിലും ജനസംഖ്യ കുറവാണു്. അതിനാൽ ലേഖകൻ എൻെറ ശ്രദ്ധയിൽപ്പെടുത്തിയതുപോലെയുള്ള* അധാർമ്മികമായ ഇടപാടുകാംക്കുള്ള പുറപ്പാടു് അറിയാൻ കഴിയാതിരിക്കുകയില്ല. തങ്ങളുടെ നഗരങ്ങളിലെ ബാലവിധവകളെക്കുറിച്ചും അവക്കറിയാൻ കഴിയും. എന്നാൽ ഈ കാരുണ്യസംഘങ്ങാം വളരെയധികം നയവും മാതൃകാപരമായ ആത്മനിയന്ത്രണവും പ്രയോഗിക്കണമെന്നുള്ളതിൽ യാതൊരു സംശയവുമില്ല. അവരുടെ ഭാഗത്തുനിന്നുണ്ടായേക്കാവുന്ന നേരിയ അക്ഷമയോ അക്രമമോ അവരുടെനേരെ വെറുപ്പുണ്ടാക്കുകയും അവർ വിഭാവനം ചെയ്യുന്ന ലക്ഷ്യത്തെത്തന്നെ അപകടത്തിലാക്കുകയും ചെയ്യും.

11

മടിയിൽ ഇരുത്തി താലോലിക്കാൻമാത്രം പ്രായമുള്ള ഒരു ബാലികയെ വിവാഹംചെയ്യുന്നതു് ഒരുതരത്തിലും മതാനുസൃതമല്ല; നേരെമറിച്ചു് അതു മതവിരുദ്ധതയുടെ പരമകാഷ്ഠയാണു്. പതിനാറുവയസ്സിൽ പ്രായക്കുറവുള്ള പെൺകിടാങ്ങളെ വിവാഹം ചെയ്യുകയില്ലെന്നു് ഒരു പ്രതിജ്ഞ ഇന്ത്യയിലെ ഓരോ യുവാവും എടുക്കുമെന്നു ഞാൻ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു.

12

....സത്യഗ്രഹത്തിനു നിശ്ശബ്ദമായി പ്രവർത്തിക്കാൻ കഴിയുമെങ്കിലും, അതിനു സത്യഗ്രഹിയുടെ പക്ഷത്തുനിന്നു് ഒട്ടൊരു പ്രയത്നം ആവശ്യമാണു്. ഉദാഹരണമായി, ഒരു സത്യഗ്രഹി താൻ ഉന്മൂലനംചെയ്യുവാൻ ദൃഢനിശ്ചയം ചെയ്തിരിക്കുന്ന തിന്മയ്ക്കെതിരായി വ്യാപകവും അശ്രാന്തവുമായ പ്രക്ഷോഭണംവഴി ആദ്യം പൊതുജനാഭിപ്രായം ഉണർത്തണം. സാമൂഹ്യമായ ആ തിന്മയ്ക്കെതിരായി പൊതുജനാഭിപ്രായം വേണ്ടത്ര ഉണർന്നുകഴിയുമ്പോാം ഏററവും ഉന്ന

* അറുപതുവയസ്സുള്ള ഒരു വിഭാര്യനും പന്ത്രണ്ടു വയസ്സുള്ള ഒരു ബാലികയും തമ്മിലുള്ള വിവാഹത്തെ സംബന്ധിച്ചു്.

11. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 18–8–1927 (Women, p. 44)

12. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 8–8–1929 ('പ്രായപ്പൊരുത്തം ഇല്ലാത്തവർ തമ്മിലുള്ള വിവാഹം തടയുവാൻ സത്യഗ്രഹമാർഗ്ഗം സ്വീകരിക്കുവാൻ ഏതു സാഹചര്യത്തിലാണു് അങ്ങു ശുപാർശചെയ്യുക?' എന്ന ചോദ്യത്തിനുത്തരം). (Women, pp. 47–48)

തൻപോലും അതാചരിക്കാനോ പരസ്യമായി അതിനു പിന്തുണ നൽകുവാനോ ധൈര്യപ്പെടുകയില്ല. ഒരു സത്യഗ്രഹിയുടെ ഏററവും ശക്തിമത്തായ ആയുധം പ്രബുദ്ധവും ബുദ്ധിപൂർവ്വകവുമായ ഒരു പൊതുജനാഭിപ്രായമാണു്. ഏകകണ്ഠമായ പൊതുജനാഭിപ്രായം തീരെ അവഗണിച്ചുകൊണ്ടു് ഒരാൾ സാമൂഹ്യമായ ഒരു തിന്മയ്ക്കു പിന്തുണ നല്കുമ്പോൾ അതു് അയാളെ സമൂഹത്തിൽനിന്നു ബഹിഷ്കരിക്കുന്നതിനു വ്യക്തമായ നീതീകരണമുണ്ടെന്നു സൂചിപ്പിക്കുന്നു. എന്നാൽ സാമൂഹ്യബഹിഷ്കരണത്തിൻെറ ലക്ഷ്യം ബഹിഷ്കരണവിധേയനാകുന്ന വ്യക്തിയെ ദ്രോഹിക്കലാവരുതു്. സാമൂഹ്യബഹിഷ്കരണമെന്നതിൻെറയർത്ഥം തെററു ചെയ്ത വ്യക്തിയോടു സമുദായം പരിപൂർണ്ണമായി നിസ്സഹകരിക്കുകയെന്നാണു്; അതിൽ ഒട്ടും കൂടുതലല്ല, കുറവുമല്ല. അതിൽ അന്തർലീനമായിരിക്കുന്ന ആശയം സമുദായത്തെ മനഃപൂർവം ധിക്കരിക്കുന്ന ഒരാൾക്കു സമുദായത്തിൻെറ സേവനം ലഭിക്കുവാൻ അവകാശമില്ലെന്നുള്ളതാണു്. എല്ലാ പ്രായോഗികമായ കാര്യങ്ങൾക്കും ഇതു ധാരാളം മതിയാകും. തീർച്ചയായും പ്രത്യേക സംഭവങ്ങൾ ഉണ്ടാകുമ്പോൾ പ്രത്യേക നടപടി വേണ്ടിവന്നേക്കാം. എന്നാൽ ഒററയ്ക്കൊററയ്ക്കു പരിഗണിക്കുമ്പോൾ ഓരോ സംഭവത്തിൻെറയും പ്രത്യേക സ്വഭാവത്തിനനുസരണമായി ആ നടപടികൾ പ്രയോഗത്തിൽ മാററം വരുത്തേണ്ടിവരും.

എന്നാൽ ജരാജീർണ്ണമായ കാലത്തുപോലും തൻെറ ലൈംഗികാസക്തി അടക്കാൻകഴിയാത്ത വിഷയലമ്പടനായ ആ വൃദ്ധനെക്കുറിച്ചെന്തുപറയണം? ലൈംഗികാസക്തി അന്ധമാണു്; അതിനു വിവേചനാശക്തിയില്ല; എങ്ങനെയെങ്കിലും എന്തു നഷ്ടം വന്നാലും സംതൃപ്തി നേടാമെന്നാണതിൻെറ നോട്ടം. അങ്ങനെയുള്ള ഒരുവനോടു സമുദായം എങ്ങനെ പെരുമാറണം? അയാൾക്കു നിർഭാഗ്യരായ ഇരകളെ എറിഞ്ഞുകൊടുക്കാൻ വിസമ്മതിക്കുകയെന്നതാണു് അതിൻെറ മറുപടി. പെൺകുട്ടികളെ ഇരുപതുവയസ്സിനു മുമ്പായും അവരുടെ ഹിതത്തിനു വിപരീതമായും വിവാഹം ചെയ്തുകൊടുക്കയില്ലെന്നുള്ള തത്ത്വം കർശനമായി നടപ്പിലാക്കണം. ഒരു പെൺകുട്ടിയും സ്വമനസ്സാലെതന്നെ ആ വൃദ്ധനെ വിവാഹം ചെയ്യാൻ തയ്യാറില്ലെങ്കിൽ അയാൾ എന്തു ചെയ്യണം എന്നുള്ള പ്രശ്നം സ്വാഭാവികമായി തന്നെ ഉദിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെയൊരു ചോദ്യത്തിനു സമുദായത്തിനു മറുപടിയൊന്നും പറയാനില്ല; അതിനൊരു മറുപടി പറയാൻ സമുദായം ബാദ്ധ്യസ്ഥവുമല്ല. നിർഭാഗ്യരായ പെൺകിടാങ്ങളെ അന്ധമായ കാമത്തിനിരയാക്കാതെ രക്ഷിക്കാനേ സമുദായം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതുള്ളൂ. അയാളുടെ കാമസംപൂർത്തിക്കു മാർഗമുണ്ടാക്കൽ സമുദായത്തിൻെറ ചുമതലയിൽപ്പെടുന്നില്ല. എങ്കിലും പ്രായോഗികമായി സാമൂഹ്യാന്തരീക്ഷത്തിൽ പരിശുദ്ധി പരക്കുമ്പോൾ അതു കാമാന്ധരുടെ അമിതാവേശം ദൂരീകരിക്കാൻ മിക്കവാറും പര്യാപ്തമാകുമെന്നു കാണാവുന്നതാണു്.

13

പതിനാറുവയസ്സിൽ താഴെ പ്രായമുള്ള ഒരു പെൺകുട്ടിയെ നിങ്ങളൊരിക്കലും വിവാഹംചെയ്യുകയില്ല എന്നിടത്തോളം നിങ്ങളുടെ ലൈംഗികാഭിലാഷം നിയന്ത്രിക്കാൻ നിങ്ങൾക്ക തീർച്ചയായും കഴിയണം. എനിക്ക കഴിയുമായിരുന്നെങ്കിൽ ഏററവും കുറഞ്ഞ വിവാഹപ്രായം ഇരുപതുവയസ്സായി ഞാൻ കൽപ്പിച്ചുറപ്പിക്കുമായിരുന്നു. ഇൻഡ്യയിൽപ്പോലും ഇരുപതുവയസ്സ വേണ്ടത്ര നേരത്തെയാണ്. പെൺകിടാങ്ങളുടെ അകാലപക്വതയ്ക്ക് ഇന്ത്യയിലെ കാലാവസ്ഥയല്ല നാം തന്നെയാണ കാരണം. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ പരിശുദ്ധരും കളങ്കിതരായിട്ടില്ലാത്തവരും ചുററുമാഞ്ഞടിക്കാവുന്ന കൊടുങ്കാററിനോടെതിരിട്ടുനില്ക്കാൻ പ്രാപ്തിയുള്ളവരുമായ ഇരുപതുവയസ്സുകാരായ പെൺകിടാങ്ങളെ എനിക്കറിയാം. ആ അകാലപക്വതയെ നമുക്ക കെട്ടിപ്പിടിക്കാതിരിക്കാം. തങ്ങൾക്ക് ഈ തത്ത്വം അനുവർത്തിക്കാൻ സാധിക്കുകയില്ലെന്നും, പതിനാറുവയസ്സിലുള്ള ബ്രാഹ്മണപ്പെൺകിടാങ്ങളെ കിട്ടുകയില്ലെന്നും,ആ പ്രായംവരെ വളരെ ചുരുക്കം ചില ബ്രാഹ്മണർമാത്രമേ തങ്ങളുടെ പെൺമക്കളെ വിവാഹം കഴിച്ചുകൊടുക്കാതിരിക്കുകയുള്ളുവെന്നും,മിക്കവാറും എല്ലാ ബ്രാഹ്മണബാലികമാരും 10,12,13 വയസ്സിനുമുമ്പായി വിവാഹിതരാകുന്നുവെന്നും ചില ബ്രാഹ്മണവിദ്യാർത്ഥികൾ എന്നോടു പറയുകയുണ്ടായി. അതിനു ഞാൻ ആ ബ്രാഹ്മണയുവാക്കളോടു പറയുന്നു: ''നിങ്ങൾക്ക സ്വയം നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയുകയില്ലെങ്കിൽ, ഒരു ബ്രാഹ്മണനല്ലാതാകുക? ബാലികയായിരിക്കുമ്പോൾത്തന്നെ വൈധവ്യം സംഭവിച്ച പതിനാറുവയസ്സുള്ള ഒരു യുവതിയെ തെരഞ്ഞെടുക്കുക. ആ പ്രായമെത്തിയ ഒരു ബ്രാഹ്മണവിധവയെ നിങ്ങൾക്ക കിട്ടുകയില്ലെങ്കിൽ പോയി നിങ്ങളിഷ്ടപ്പെടുന്ന വേറെ ഏതെങ്കിലുമൊരു യുവതിയെ തെരഞ്ഞെടുക്കുക. പന്ത്രണ്ടുവയസ്സുള്ള ഒരു പെൺകിടാവിനെ ബലാല്ക്കാരംചെയ്യാൻ നില്ക്കാതെ,തൻെറ സമുദായത്തിനു വെളിയിൽനിന്നു വിവാഹംചെയ്യാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന ഒരു യുവാവിനോടു ഹിന്ദുക്കളുടെ ഈശ്വരൻ ക്ഷമിക്കുമെന്നു ഞാൻ നിങ്ങളോടു പറയുന്നു. നിങ്ങളുടെ ഹൃദയം പരിശുദ്ധമല്ലാതിരിക്കുകയും നിങ്ങൾക്ക നിങ്ങളുടെ വികാരങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയാതെവരികയും ചെയ്യുമ്പോൾ നിങ്ങൾ വിദ്യാസമ്പന്നരല്ലാതായിത്തീരുന്നു. നിങ്ങളുടെ വിദ്യാലയത്തെ ഒരു മഹാവിദ്യാലയമെന്നു നിങ്ങൾ വിളിക്കുകയുണ്ടായി. സ്വഭാവശുദ്ധിയിൽ മുന്നണിയിൽ നില്ക്കേണ്ട ചെറുപ്പക്കാരെ വാർത്തെടുക്കേണ്ട ആ മഹാവിദ്യാലയത്തിൻെറ പേരിനനുസരണമായി നിങ്ങൾ ജീവിക്കണമെന്നു ഞാനാഗ്രഹിക്കുന്നു. സ്വഭാവശുദ്ധിയില്ലാതെ വിദ്യാഭ്യാസമെന്താണ്? പ്രാഥമികമായ വ്യക്തിപരിശുദ്ധിയില്ലാതെ സ്വഭാവശുദ്ധിയും എന്താണ്''

13. യങ് ഇൻഡ്യ 15–9–1927 (മദ്രാസിലെ പച്ചയപ്പാസ് കോളേജിൽ ചെയ്യ ഒരു പ്രസംഗത്തിൽനിന്ന്). (Selections from Gandhi, p. 274).

ബ്രാഹ്മണ്യത്തെ ഞാനാരാധിക്കുന്നു. വർണ്ണാശ്രമധർമ്മത്തിനുവേണ്ടി ഞാൻ വാദിച്ചിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ തൊട്ടുകൂടായ്മയേയും, കന്യകാവൈധവ്യത്തെയും, കന്യകകളെ ബലാല്ക്കാരം ചെയ്യുന്നതിനേയും വച്ചുപൊറുപ്പിക്കുന്ന ബ്രാഹ്മണ്യത്തിൻെറ ദുർഗന്ധം എൻെറ മൂക്കിൽ തുളച്ചുകയറുന്നു. അതു ബ്രാഹ്മണ്യത്തിൻെറ ഒരു വികടാനുകരണമാണ്. അതിൽ ബ്രഹ്മജ്ഞാനമൊന്നുമില്ല; വേദങ്ങളുടെ യഥാർത്ഥമായ വ്യാഖ്യാനവുമില്ല. അതു കലർപ്പില്ലാത്ത മൃഗീയത മാത്രമാണ്. കൂടുതൽ ബലമേറിയ വസ്തുകൊണ്ടാണു ബ്രാഹ്മണത്വം നിർമ്മിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതു്.

14

'എന്നാൽ അതിനു പകരം ഇന്നു നാം എന്താണു കാണുന്നതു്? ഇന്നു യു.പി.യിൽ*വിദ്യാർത്ഥികൾ വിവാഹിതരാകുന്നു; അതു മാതാപിതാക്കളുടെ നിർബന്ധംകൊണ്ടല്ല അവരുടെതന്നെ അടക്കാനാവാത്ത അഭിലാഷംകൊണ്ടാണെന്നാണ് എൻെറ അറിവു്. വിദ്യാഭ്യാസകാലത്തു ശക്തിദുർവ്യയമല്ല, ശക്തിസമാഹരണമാണു നിങ്ങളിൽനിന്നു പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതു്. നിങ്ങളിൽ അമ്പതു ശതമാനത്തിലധികംപേരും വിവാഹിതരാണെന്നു ഞാൻ മനസ്സിലാക്കുന്നു. മോശമാണിതു്; എങ്കിലും ഇതു് ആകാവുന്നത്ര നന്നാക്കിത്തീർക്കാൻ കഴിയും—വിവാഹം കഴിഞ്ഞുവെങ്കിലും കാമവികാരം കർശനമായി സംയമനം ചെയ്തുകൊണ്ടു്, ഈ വിദ്യാഭ്യാസകാലത്തു നിങ്ങൾ ശുദ്ധമായ ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിച്ചു ജീവിച്ചാൽ മതി. ആ നിയന്ത്രണം ശാരീരികമായും മാനസികമായും ആദ്ധ്യാത്മികമായും ഗുണകരമായിരുന്നുവെന്നു പഠനമെല്ലാം കഴിയുമ്പോൾ നിങ്ങൾക്കു ബോധപ്പെടുകയും ചെയ്യും. പ്രയോഗത്തിൽ വരുത്താൻ തീരെ അസാദ്ധ്യമായ ഒരു കാര്യമാണു ഞാൻ നിങ്ങളുടെ മുമ്പിൽ സമർപ്പിക്കുന്നതെന്നു നിങ്ങളൊരിക്കലും കരുതരുതു്. വിവാഹിതരാണെങ്കിലും സ്വയം പരിപൂർണമായ ആത്മനിയന്ത്രണം പാലിക്കുന്നവരുടെ വിശ്വാസപദ്ധതി തങ്ങൾക്കു പ്രത്യേകമായും മനുഷ്യസമൂഹത്തിനു് പൊതുവായും പ്രയോജനകരമായി ശക്തി പ്രാപിച്ചുവരികയാണ്. അവിവാഹിതരായവരോടു പ്രലോഭനങ്ങളെ എതിർക്കാൻ ഞാനഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു. ഏതായാലും നമ്മെ അടിമത്തത്തിൽ ബന്ധിച്ചു നിറുത്തിയിരിക്കുന്ന ചങ്ങല പൊട്ടിച്ചെറിയുവാൻ സമരം ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു രാഷ്ട്രമാണു നാം. അതിനാൽ തീർച്ചയായും നിങ്ങളെങ്കിലും ഈ ലോകത്തിൽ അടിമക്കുട്ടികളെ ജനിപ്പിക്കുന്നതു പാപമാണെന്നു മനസ്സിലാക്കണം. തങ്ങളുടെ മാനസികമായ ദൗർബ്ബല്യത്തിൽനിന്നു് എങ്ങനെയാണു രക്ഷ നേടാൻ കഴിയുകയെന്നു പറയണമെന്നാവശ്യപ്പെട്ടുകൊണ്ടു നിങ്ങളുടേതുൾപ്പെടെ വിവിധ കോളേജുകളിൽനിന്നും പല ചെറുപ്പക്കാരും ദയനീയമായ കത്തുകൾ എനി

14. യങ് ഇൻഡ്യ 19-9-1929 (ആഗ്രയിലെ കോളേജ്‌വിദ്യാർത്ഥികളോടു ചെയ്ത ഒരു പ്രസംഗത്തിൽനിന്നു്) (To the Students, p. 165)

* യു.പി. യുണൈറ്റഡ് പ്രോവിൻസസ് ഇന്നത്തെ ഉത്തരപ്രദേശ്

ക്കെഴുതാറുണ്ട്. അതിപ്രാചീനമായ ആ ചികിത്സാവിധി തന്നെയാണ് ഞാനവക്കു നിർദേശിച്ചുകൊടുത്തതു്. അവർ തങ്ങളുടെ എല്ലാ ദൗർബല്യങ്ങളിലും ഈശ്വരസഹായം തേടുകയാണെങ്കിൽ, തങ്ങൾ നിസ്സഹായരാണെന്ന മേലിലൊരിക്കലും അവക്കു തോന്നുകയില്ല.

അദ്ധ്യായം നാല്

മിശ്രവിവാഹം

1

മിശ്രഭോജനമെന്നല്ല, മിശ്രവിവാഹംപോലും, ഒരു മനുഷ്യന്റെ ജന്മസിദ്ധമായ പദവിയെ നഷ്ടപ്പെടുത്തുമെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നില്ല. ചാതുർവർണ്യം മനുഷ്യന്റെ തൊഴിലിനെയാണു നിർവചിക്കുന്നതു്; അതു സാമൂഹ്യസമ്പക്കത്തെ നിയന്ത്രിക്കുകയോ ക്രമീകരിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നില്ല. ഈ വിഭജനം കർത്തവ്യങ്ങളെ നിർവചിക്കുന്നു; അവ യാതൊരവകാശവും പ്രദാനം ചെയ്യുന്നില്ല. എല്ലാവരും ഈശ്വരസൃഷ്ടികളെ സേവിക്കുന്നതിനാണു സൃഷ്ടിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതു്—ബ്രാഹ്മണൻ വിജ്ഞാനംകൊണ്ടു്, ക്ഷത്രിയർ രക്ഷാശക്തികൊണ്ടു്, വൈശ്യർ തന്റെ വ്യാപാരസംബന്ധമായ കഴിവുകൾകൊണ്ടു്, ശൂദ്രൻ കായികാദ്ധ്വാനംകൊണ്ടു്. എന്നാൽ ഇതിനു്, ബ്രാഹ്മണൻ കായികാദ്ധ്വാനത്തിൽനിന്നു്, അഥവാ തന്നെയും മററുള്ളവരെയും രക്ഷിക്കുന്നതിനുള്ള ചുമതലയിൽനിന്നു് ഒഴിവാക്കപ്പെട്ടിരിക്കുകയാണെന്നു അർത്ഥമില്ല. ജന്മം ബ്രാഹ്മണനെ സർവോപരി ഒരു ജ്ഞാനിയായും ജനനംകൊണ്ടും പരിശീലനംകൊണ്ടും അതു് അന്യക്കു പകന്നുകൊടുക്കുവാൻ ഏററവും യോജിച്ചയാളും ആക്കിത്തീർക്കുന്നു. അതുപോലെതന്നെ, താൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നേത്ര ജ്ഞാനം സമ്പാദിക്കുന്നതിൽനിന്നു ശൂദ്രനെ തടയുന്നതായും ഒന്നുമില്ലതന്നെ. അയാളുടെ ഏററവും ഉത്തമമായ സേവനം കായികമായിരിക്കുമെന്നും സേവനത്തിനുള്ള അന്യരുടെ പ്രത്യേകയോഗ്യതകളിൽ അയാളവരോടു് അസൂയപ്പെടേണ്ടതില്ലെന്നു മാത്രം. വർണാശ്രമം ആത്മനിയന്ത്രണവും, ശക്തിയുടെ സമാഹരണവും മിതവ്യയവുമാകുന്നു.

അതുകൊണ്ടു മിശ്രഭോജനവും മിശ്രവിവാഹവും വർണാശ്രമത്തെ ബാധിക്കുന്നില്ലെങ്കിലും ഹിന്ദുമതം, വിഭിന്നവർണങ്ങളിൽപ്പെട്ടവർ തമ്മിലുള്ള മിശ്രഭോജനവും മിശ്രവിവാഹവും ശക്തിപൂർവ്വം നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തുന്നുണ്ടു്. ഹിന്ദുമതം, നിസ്സംശയമായും ആത്മാവിന്റെ മോചനത്തിനുവേണ്ടി ശരീരത്തെ ത്യജിക്കാൻ ഉപദേശിക്കുന്ന ഒരു മതമാണു്. തന്റെ മകനോടൊത്തു ഭക്ഷണം കഴിക്കുകയെന്നതു് ഒരു ഹിന്ദുവിന്റെ ചുമതലയിൽ പെട്ടതല്ല തന്റെ വധുവിനെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതു് ഒരു പ്രത്യേക വിഭാഗത്തിൽ നിന്നായിരിക്കണ

1. യങ് ഇൻഡ്യ 6–10–'21 (Selections from Gandhi, pp. 266–267)

മനന്നു നിഷ്കർഷിക്കുന്നതുമൂലം അവൻ അസാധാരണമായ ആത്മനിയന്ത്രണം അനുഷ്ഠിക്കുകയാണു ചെയ്യുന്നതു്. ആത്മാവിന്റെ ത്വരിതഗതിയിലുള്ള വികാസത്തിനു്, മിശ്രവിവാഹത്തിന്റേയും മിശ്രഭോജനത്തിന്റെയും നിരോധനം അത്യാവശ്യമാണു്. എന്നാൽ ഈ ത്യാഗമല്ല വർണത്തിന്റെ പരീക്ഷ. ഒരു ബ്രാഹ്മണൻ തന്റെ ശൂദ്രസഹോദരനോടൊപ്പം ഭക്ഷണം കഴിച്ചാലും, അവൻ ജ്ഞാനപരമായ സേവനമെന്ന കർത്തവ്യം ഉപേക്ഷിച്ചിട്ടില്ലെങ്കിൽ, ഒരു ബ്രാഹ്മണനായിത്തന്നെ അവശേഷിക്കാം. അതിനാൽ വിവാഹം, ഭോജനം എന്നീ കാര്യങ്ങളിലുള്ള നിയന്ത്രണം, ഉച്ചനീചത്വധാരണകളെയല്ല അടിസ്ഥാനമാക്കിയിരിക്കുന്നതെന്നു് ഞാൻ മുകളിൽ പറഞ്ഞതിൽനിന്നു സിദ്ധമാകുന്നു.

2

മിശ്രവിവാഹവും മിശ്രഭോജനവും അയിത്തോച്ചാടനപ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗമാണോയെന്നു പലരും എഴുതിച്ചോദിക്കുകയുണ്ടായി. എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ അവ അങ്ങനെയല്ല. അതു സവർണ്ണരേയും അവർണ്ണരേയും ഒരുപോലെ ബാധിക്കുന്നു. അതിനാൽ ഒരു അയിത്തോച്ചാടനപ്രവർത്തകൻ, അഥവാ പ്രവർത്തക, മിശ്രഭോജന, മിശ്രവിവാഹപരിഷ്കാരങ്ങൾക്കുവേണ്ടിത്തന്നെ ജീവിതം ഉഴിഞ്ഞുവയ്ക്കാൻ ബാദ്ധ്യസ്ഥരല്ല. ആ പരിവർത്തനം നാം പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതിലും വേഗത്തിൽ സമാഗതമാകുന്നുണ്ടെന്നാണു വ്യക്തിപരമായി എന്റെ അഭിപ്രായം. മിശ്രഭോജനത്തിന്മേലും മിശ്രവിവാഹത്തിന്മേലുമുള്ള നിയന്ത്രണം ഹിന്ദുമതത്തിന്റെ ഭാഗമല്ല. അതു വെറുമൊരു സാമൂഹ്യാചാരമാണു്. ഒരുപക്ഷേ, ഹിന്ദുമതം ക്ഷയോന്മുഖമായിരുന്ന കാലത്തു് അതിൽ പറ്റിപ്പിടിച്ചതായിരുന്നിരിക്കണം അതും. അന്നതു്, ഹിന്ദുസമുദായം, ഛിന്നഭിന്നമായിപ്പോകാതിരിക്കാനുള്ള ഒരു താല്കാലിക രക്ഷാകവചമായിട്ടും ഉദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിരുന്നിരിക്കാം. ഇന്നു ഈ രണ്ടു നിരോധനങ്ങളും ഹൈന്ദവസമുദായത്തെ ക്ഷീണിപ്പിക്കുകയാണു്. അവയ്ക്കു കൊടുക്കുന്ന പ്രാധാന്യം പൊതുജനശ്രദ്ധയെ, ജീവിതത്തിന്റെ വളർച്ചയ്ക്കു അത്യന്താപേക്ഷിതമായ അടിസ്ഥാനതത്വങ്ങളിൽനിന്നു തിരിച്ചുവിടുകയും ചെയ്തിരിക്കുന്നു. അതിനാൽ മിശ്രഭോജനത്തിനായി 'തൊടാവുന്നവരും' 'തൊട്ടുകൂടാത്തവരും' ഹിന്ദുക്കളും അഹിന്ദുക്കളും ക്ഷണിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള ചടങ്ങുകളിൽ ജനങ്ങൾ സ്വമനസ്സാലെ പങ്കെടുക്കുന്നതിനെ ഞാൻ ആരോഗ്യകരമായ ഒരടയാളമെന്ന നിലയിൽ സ്വാഗതംചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ ഈ പരിഷ്കാരം, അതു് എത്രതന്നെ അഭിലഷണീയമായിരുന്നാലും എത്രയോ മുമ്പുതന്നെ കൈവരേണ്ടിയിരുന്ന അഖിലേന്ത്യാ വ്യാപകമായ ഒരു പരിഷ്കാരത്തിന്റെ ഭാഗമാക്കുവാൻ ഞാൻ സ്വപ്നത്തിൽപ്പോലും ചിന്തിക്കുകയില്ല. നാം ഇന്നു് അറിയുന്ന തരത്തിലുള്ള അയിത്തം ഹിന്ദുമതത്തിന്റെ ജീവകേന്ദ്രത്തെത്തന്നെ കരണ്ടുതിന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു

2. പത്രപ്രസ്താവന, 4-11-'32 (My Soul's Agony) (Selections from Gandhi, p. 267.)

ഒരു വ്രണമാണു്. ഭോജനം,വിവാഹം എന്നിവ സംബന്ധിച്ച നിയന്ത്രണങ്ങൾ ഹിന്ദുസമുദായത്തെ മുരടിപ്പിക്കുന്നു. ഈ വിവേചനം അടിസ്ഥാനപരമാണെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു. പ്രചണ്ഡമായ ഒരു പ്രചരണത്തിൽ ഇതിനു കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം കൊടുക്കുകയും അങ്ങനെ പ്രധാന പ്രശ്നത്തെ അപകടത്തിലാക്കുകയും ചെയ്യുന്നതു ബുദ്ധിപൂർവ്വകമായിരിക്കുകയില്ല. ശരിയെന്നു വിശ്വസിക്കുവാൻ തങ്ങളെ പഠിപ്പിച്ചതിൽനിന്നു വിഭിന്നമായ ഒരു വെളിച്ചത്തിൽ,അയിത്തോച്ചാടനത്തെ വീക്ഷിക്കുവാൻ പെട്ടെന്നു പൊതുജനങ്ങളെ ആഹ്വാനം ചെയ്യുന്നതു് അവരോടുള്ള ഒരു വിശ്വാസലംഘനമായിട്ടുപോലും തീർന്നേക്കാം, അതിനാൽ ഒരു പക്ഷത്തു പൊതുജനങ്ങൾ തന്നെ തയാറായിട്ടുള്ള സ്ഥലങ്ങളിൽ മിശ്രഭോജനം തുടരാവുന്നതാണെങ്കിലും, അതു് അഖിലേന്ത്യാവ്യാപകമായ ഒരു പ്രചരണത്തിന്റെ ഭാഗമായിരിക്കുവാൻ പാടുള്ളതല്ല.

3

മേലുദ്ധരിച്ച രണ്ടു പ്രസ്താവനകളേയും അവയിൽ ഒററനോട്ടത്തിനു പ്രകടമായിരുന്ന പരസ്പരവൈരുദ്ധ്യത്തേയും കുറിച്ചു് ഒരു ചോദ്യകർത്താവിനു മറുപടിയായി ഗാന്ധിജി എഴുതി:

'ആ പ്രസ്താവനകൾ രണ്ടും ഒരു തുറന്ന മനസ്സോടുകൂടി, പ്രത്യേകിച്ചു് അവയുടെ സന്ദർഭം പൂർണമായി മനസ്സിൽവച്ചുകൊണ്ടു വായിക്കുമ്പോൾ,അവ തമ്മിൽ യാതൊരു വൈരുദ്ധ്യവും ഞാൻ കാണുന്നില്ല. മിശ്രഭോജനത്തിലും മിശ്രവിവാഹത്തിലും ഒരാൾ സ്വയം ചുമത്തുന്ന നിയന്ത്രണം,ശാരീരികമായ ഒരു ത്യാഗമാണെന്നു ഞാനിപ്പോഴും വിശ്വസിക്കുന്നു. ഒരുപക്ഷേ, 1921–ലെ ആ ലേഖനം,ഞാൻ ഇന്നാണെഴുതുന്നതെങ്കിൽ, അതിലൊരു വാക്കു മാററിയേക്കാം. 'നിരോധനം' എന്ന വാക്കിനു പകരം, അതേ ലേഖനത്തിൽ ഏതാനും വരികൾ മുകളിലായി ഉപയോഗിച്ച വാക്കുകൾ ആവർത്തിക്കുകയും 'ആത്മാവിന്റെ ത്വരിതഗതിയിലുള്ള വികാസത്തിനു മിശ്രവിവാഹം മിശ്രഭോജനം എന്നിവയുടെ കാര്യത്തിൽ സ്വയം ചുമത്തുന്ന നിയന്ത്രണം അത്യാവശ്യമാണു്''എന്നു പറയുകയും ചെയ്യുമായിരുന്നു.

4

....ഒരേ അവാന്തരജാതിയിൽപ്പെട്ട രണ്ടാളുകൾ തമ്മിലുള്ള വിവാഹം ഏർപ്പാടു ചെയ്യുന്നതിനു് ആശ്രമത്തിന്റെ സഹായം ഉണ്ടാവുകയില്ലെന്നു ഞങ്ങൾ ഇപ്പോൾ നിർബന്ധം പിടിക്കുന്നുണ്ടു്—തന്റെ അവാന്തരജാതിക്കു പുറത്തുനിന്നു് കൂട്ടാളിയെ തേടാൻ എല്ലാവരേയും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നുമുണ്ടു്.

3. ഹരിജൻ,29–4–'33. (Selections from Gandhi, p. 267).
4. ഇതു് 1932–ൽ 'എഴുതിയതാണു്'. തന്റെ സാന്നിദ്ധ്യത്തിൽവച്ചു് ഒരു വിവാഹകർമ്മം നടത്തണമെങ്കിൽ, ദമ്പതികളിലൊരാൾ ഹരിജനും മറേറയാൾ ജാതി ഹിന്ദുവുമായിരിക്കണമെന്നു് 1948–ൽ ഗാന്ധിജി പറയുകയുണ്ടായി. (വി. ജി. ഡി.) (Ashram Observances in Action, 1932, p.57.)

5

വർണാശ്രമത്തിൽ, മിശ്രവിവാഹത്തിനും മിശ്രഭോജനത്തിനു മെതിരായി യാതൊരു നിരോധനവുമുണ്ടായിരുന്നില്ല; ഉണ്ടാകാനും പാടില്ല. വർണാശ്രമത്തിൽ, മിശ്രവിവാഹത്തിനും മിശ്രഭോജനത്തിനുമെതിരായി യാതൊരു നിരോധനവുമില്ലെങ്കിലും, യാതൊരുതരത്തിലും അതിനായി നിർബന്ധിക്കാനും കഴിയുകയില്ല. താൻ എവിടെനിന്നു വിവാഹം കഴിക്കണമെന്നോ, ഭക്ഷണം കഴിക്കണമെന്നോ ഉള്ളതു് വ്യക്തിയുടെ നിരുപാധികമായ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനു വിട്ടിരിക്കണം. വർണാശ്രമനിയമങ്ങൾ പാലിക്കുകയാണെങ്കിൽ, വിവാഹത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ആളുകൾക്കു വിവാഹബന്ധങ്ങൾ തങ്ങളുടെ പ്രത്യേകവർണത്തിൽമാത്രം ഒതുക്കുന്നതിനുള്ള ഒരു പ്രവണത, സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെയുണ്ടാകും.

6

അഭ്യസ്തവിദ്യയായ ഒരു ഹരിജനയുവതി, ഒരു ജാതിഹിന്ദുവിനെ വിവാഹം കഴിക്കുകയാണെങ്കിൽ, ആ ദമ്പതികൾ ഹരിജനസേവനത്തിനായി ജീവിതം ഉഴിഞ്ഞുവയ്ക്കണം, ഭോഗാനുഭവമാവരുതു് ഇങ്ങനെയുള്ള വിവാഹത്തിൻെറ ലക്ഷ്യം. അതു് അനുചിതമായിരിക്കും. എനിക്കതിനെ ഒരിക്കലും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. ഉത്തമമായ ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടി നിർവഹിക്കപ്പെടുന്ന ഒരു വിവാഹംപോലും പരാജയമായെന്നു വരാം. അങ്ങനെയുള്ള അനിഷ്ടസംഭവങ്ങൾ ആക്കും തടയാനൊക്കുകയില്ല. ഒരു ഹരിജനയുവതി, സ്വഭാവൗന്നത്യമുള്ള ഒരു ജാതിഹിന്ദുവിനെ വിവാഹം ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ, അതു് ഹരിജനങ്ങൾക്കും ജാതിഹിന്ദുക്കൾക്കും ഗുണകരമായിരിക്കും. അവർ നല്ലൊരു കീഴ്‌വഴക്കം സൃഷ്ടിക്കും. ആ ഹരിജനയുവതി യഥാർത്ഥത്തിൽ ഗുണവതിയാണെങ്കിൽ, അവൾ തൻെറ സ്വഭാവസൗരഭ്യം നാലുപാടും പ്രസരിപ്പിക്കുകയും തൻെറ മാതൃക അനുകരിക്കാൻ മററുള്ളവരെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യും സമുദായം അങ്ങനെയുള്ള വിവാഹങ്ങളാൽ അസ്വസ്ഥമാകാതെയുമിരിക്കും. അവയിൽ തെറെറാന്നുമില്ലെന്നു് അവർ സ്വയം മനസ്സിലാക്കും. ഇങ്ങനെയുള്ള ബന്ധത്തിൽനിന്നു ജനിക്കുന്ന കുട്ടികൾ നല്ലവരാകുകയാണെങ്കിൽ, അയിത്തം ഉച്ചാടനം ചെയ്യുവാൻ അവർ കൂടുതൽ സഹായം നൽകും. ഓരോ പരിഷ്കാരവും, പഴഞ്ചൊല്ലിലെ ഒച്ചിൻെറ വേഗതയിലാണു നീങ്ങുന്നതു്. പുരോഗതിയുടെ ഈ മന്ദഗതിയിൽ അതൃപ്തി പ്രകടിപ്പിക്കുന്നതു്, പരിഷ്കാരത്തിൻെറ പ്രവർത്തനരീതിയെക്കുറിച്ചുള്ള അജ്ഞതയാണു് സൂചിപ്പിക്കുന്നതു്.

ജാതിഹിന്ദുയുവതികൾ ഹരിജൻഭർത്താക്കന്മാരെ തെരഞ്ഞെടുക്കുന്നതു തീർച്ചയായും അഭിലഷണീയമാണു്. അതു കൂടുതൽ നന്നായി

5. ഹരിജൻ, 16–11–'35. (Sarvodaya, p. 58.)
6. ഹരിജൻ, 7–7–'46. (The Removal of Untouchability p. 85.)

രിക്കുമെന്നു പറയാൻ ഞാൻ മടിക്കുന്നു. സ്ത്രീകളും പുരുഷന്മാരേക്കാൾ താഴെക്കിടയിലാണെന്നു് അതു സൂചിപ്പിച്ചേക്കും. അങ്ങനെയുള്ള ഒരു അപകൃഷ്ടബോധം ഇന്നു നിലവിലുണ്ടെന്നു് എനിക്കറിയാം. അക്കാരണത്താൽ, ഇന്നു്, ഒരു ജാതിഹിന്ദുയുവതി ഒരു ഹരിജനെ ഭർത്താവായി സ്വീകരിക്കുന്നതു്, ഒരു ഹരിജനയുവതി ഒരു ജാതി ഹിന്ദുവിനെ ഭർത്താവായി സ്വീകരിക്കുന്നതിനേക്കാൾ അധികം നന്നായിരിക്കുമെന്നു ഞാൻ സമ്മതിക്കുന്നു. എന്റെ ഇഷ്ടംപോലെ നടക്കുമായിരുന്നെങ്കിൽ, എന്റെ സ്വാധീനശക്തിയിൽ വരുന്ന ജാതിഹിന്ദുയുവതികളെയെല്ലാം ഹരിജൻഭർത്താക്കന്മാരെ സ്വീകരിക്കുവാൻ ഞാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുമായിരുന്നു. ഇതു് അങ്ങേയററം വിഷമകരമാണെന്നു് എനിക്കു അനുഭവത്തിൽനിന്നറിയാം. പഴയ പക്ഷപാതങ്ങളെ മാററിക്കളയുക വിഷമമാണു്. അങ്ങനെയുള്ള പക്ഷപാതങ്ങളെ പരിഹരിക്കാനും ഒരാൾക്കു് കഴിയുകയില്ല അവയെ ക്ഷമയോടുകൂടി കീഴ്പ്പെടുത്തണം. ഒരു പെൺകിടാവു് ഒരു ഹരിജനെ വിവാഹം ചെയ്യുന്നതോടുകൂടി തന്റെ ചുമതലയവസാനിച്ചു വെന്നു കരുതുകയും, വിവാഹാനന്തരം ഭോഗാനുഭവത്തിന്റെ പ്രലോഭനത്തിനു് വിധേയയായിത്തീരുകയും ചെയ്താൽ, അപ്പോഴത്തെ നില ആദ്യത്തേതിനെക്കാൾ മോശമായിരിക്കും. ഓരോ വിവാഹത്തിന്റെയും പരമമായ പരീക്ഷ, ഇരുകക്ഷികളിലും സേവനമനസ്ഥിതി അതു് എത്രകണ്ടു വികസിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടെന്നുള്ളതാണു്. ഓരോ മിശ്രവിവാഹവും, ഇപ്പോൾ അങ്ങനെയുള്ള വിവാഹങ്ങളോടു് ബന്ധപ്പെട്ട നിലവിലിരിക്കുന്ന കളങ്കം നീക്കാൻ, ഓരോ നിലയിൽ, സഹായിക്കുന്നതാണു്. ഒടുവിൽ, ഭംഗി, അതായതു് പരിഷ്കർത്താവു് അഥവാ എല്ലാ അഴുക്കും നീക്കുന്നവൻ, എന്ന മനോഹരമായ പേരിൽ അറിയപ്പെടുന്ന ഒരു ജാതി മാത്രം ശേഷിക്കും. അങ്ങനെയുള്ള സന്തോഷകരമായ ഒരു ദിനം വേഗം ഉദിക്കട്ടെ എന്നു നമുക്കെല്ലാവർക്കും പ്രാർത്ഥിക്കാം.

7

ചോദ്യം: അങ്ങു് മിശ്രവിവാഹത്തിനുവേണ്ടി വാദിക്കുന്നു, വിവിധമതങ്ങളിൽ വിശ്വസിക്കുന്ന ഇന്ത്യാക്കാർ തമ്മിലുള്ള വിവാഹത്തേയും അങ്ങു് അനുകൂലിക്കുന്നുണ്ടോ? അവർ, തങ്ങളൊരു വിഭാഗത്തിലും പെടുന്നില്ലെന്നു പ്രഖ്യാപിക്കണമോ? അഥവാ, തങ്ങളുടെ പഴയ മതാചാരങ്ങൾ തുടർന്നുകൊണ്ടുതന്നെ, മിശ്രവിവാഹം നടത്താമോ? അങ്ങനെയാകാമെങ്കിൽ, വിവാഹച്ചടങ്ങ് ഏതു രീതിയിലായിരിക്കണം? അതു വെറും സാമൂഹ്യമായ ഒരു ചടങ്ങായിരിക്കണമോ? അതോ, മതപരമായ ചടങ്ങായിരിക്കണമോ?

മതം കേവലം വ്യക്തിപരമായ ഒരു കാര്യമായി അങ്ങു കരുതുന്നുണ്ടോ?

ഉത്തരം: തനിക്കു് എപ്പോഴും ഈ വീക്ഷണഗതിയുണ്ടായിരുന്നില്ലെന്നു ഗാന്ധിജി സമ്മതിച്ചെങ്കിലും, വിവിധമതങ്ങളിൽ

7. ഹരിജൻ, 16–3–'47 (Selections from Gandhi., p 277)

പെട്ടവർ തമ്മിലുള്ള വിവാഹം, അതെപ്പോഠം സംഭവിച്ചാലും, സ്വാഗതാർഹമായ ഒരു സംഭവമാണെന്നുള്ള തീരുമാനത്തിൽ അദ്ദേഹം വളരെമുമ്പുതന്നെ എത്തിച്ചേൻറിരുന്നു. അങ്ങനെയുള്ള ബന്ധം, കാമജന്യമല്ലെന്നാണ് അദ്ദേഹത്തിൻെറ നിഗമനം. അദ്ദേഹത്തിൻെറ അഭിപ്രായത്തിൽ അതു് (കാമജന്യമായ ബന്ധം) വിവാഹമല്ല, അതു് അധമ്മ്യമായ വേഴ്ചയാണ്. അദ്ദേഹത്തിൻെറ മതിപ്പിൽ വിവാഹം ഒരു വിശുദ്ധ ധമ്മമാണ്. അതിനാൽ അതിൽ, പരസ്പര സൗഹാർദ്ദവും, ഓരോരുത്തക്കും മറേറയാളിൻെറ മതത്തോട് തുല്യമായ ബഹുമാനവും വേണം. ഇവിടെ മതപരിവത്തനത്തിൻെറ പ്രശ്നമേയില്ല. തന്മൂലം ആ വിവാഹച്ചടങ്ങ് രണ്ടിലൊരു മതത്തിൽപ്പെട്ട പുരോഹിതന്മാർ നടത്തണം. സമുദായങ്ങഠം പരസ്പര ശത്രുത്വം ഉപേക്ഷിക്കുകയും മററു മതങ്ങളെ സ്നേഹിക്കുകയും ചെയ്യുമ്പോഠം ഈ സന്തോഷകരമായ സംഭവം നടക്കാവുന്നതേയുള്ളു.

8

ചോദ്യം; മതേതരവിവാഹത്തിനു് അങ്ങനുകൂലമാണെന്നു പറയുന്നു. അതേസമയംതന്നെ, ഇരുകക്ഷികളും തങ്ങളുടെ മതത്തിൽ തന്നെ നിൽക്കണമെന്നും അതിനാൽ അങ്ങ്, സിവിൽവിവാഹത്തെപ്പോലും സഹിഷ്ണുതയോടെ വീക്ഷിക്കുന്നുവെന്നും അങ്ങു പറയുന്നു. വിവിധമതങ്ങളിൽപ്പെട്ട ദമ്പതികഠം, ജീവാവസാനംവരെ, താന്താങ്ങളുടെ മതവിശ്വാസം പുലർത്തിയിരുന്നുവെന്നുള്ളതിനു് ഉദാഹരണങ്ങളുണ്ടോ? സിവിൽവിവാഹസമ്പ്രദായം, മതത്തിൻെറ നിഷേധമല്ലേ? അതു് മതനിഷ്ഠയില്ലായ്മയ്ക്കു് വഴിവയ്ക്കുന്നില്ലേ?

ഉത്തരം: ഈ ചോദ്യങ്ങഠം സംഗതമാണെന്നു ഗാന്ധിജി പറഞ്ഞു. വിവിധമതങ്ങളിൽപ്പെട്ട ദമ്പതികഠം, മരണംവരെ അതതു മതങ്ങളിൽത്തന്നെ വിശ്വസിച്ചിരുന്നതിനു് ഉദാഹരണങ്ങഠം അദ്ദേഹത്തിൻെറ ഓർമ്മയിലില്ല. കാരണം, അങ്ങനെയുള്ള തൻെറ സുഹൃത്തുക്കളാരും ഇനിയും മരിച്ചിട്ടില്ലാത്തതുതന്നെ. എങ്കിലും, വിവിധ മതങ്ങളിൽ വിശ്വസിക്കുകയും, തങ്ങളുടെ വിശ്വാസത്തിനു ഹാനി കൂടാതെ അവയിൽത്തന്നെ തുടർന്നുപോരികയും ചെയ്യുന്ന സ്ത്രീപുരുഷന്മാരെ അദ്ദേഹം നിരീക്ഷിച്ചുപോരുന്നുണ്ട്. എന്നാൽ, ഭൂതകാലത്തുണ്ടായ മാതൃകകഠം കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി, അവർ കാത്തിരിക്കേണ്ടതില്ലെന്നുവരെ അദ്ദേഹം പറയുന്നുണ്ട്. ഭീരുക്കഠംക്കു തങ്ങളുടെ ഭീരുത്വം ഉപേക്ഷിക്കാൻ കഴിയത്തക്കവണ്ണം, പുതിയ മാതൃകകഠം അവർ സൃഷ്ടിക്കുകയാണു വേണ്ടതു്.

സിവിൽ വിവാഹത്തെ സംബന്ധിച്ചാണെങ്കിൽ, അദ്ദേഹം അതിൽ വിശ്വസിക്കുന്നില്ല; എന്നാൽ പരിഷ്കാരത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള അത്യാവശ്യമായ ഒരു പരിഷ്കാരമെന്ന നിലയിൽ, അദ്ദേഹം സിവിൽ വിവാഹസമ്പ്രദായം സ്വാഗതം ചെയ്യുന്നു.

8. ഹരിജൻ, 16–3–'47 (Selections from Gandhi, p. 277)

അദ്ധ്യായം അഞ്ച്

വിധവാവിവാഹം

1

തൻെറ സംരക്ഷണത്തിൽ ഒരു ബാലവിധവയുള്ള ഏതൊരാളോടും അവളെ വിവാഹംചെയ്തു കൊടുക്കേണ്ടതു് അയാളുടെ കടമയായി പരിഗണിക്കുവാൻ ഞാനഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

2

....കന്യാവിധവകളുടെ പുനർവിവാഹം, അഭിലഷണീയമെന്നു മാത്രമല്ല, വിധവകളായ അത്തരം പുത്രിമാരുള്ള എല്ലാ മാതാപിതാക്കളുടേയും ന്യായമായ ഒരു കർത്തവ്യംകൂടിയാണെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു.

3

മതത്തിൻെറപേരിൽ ഗോസംരക്ഷണത്തിനായി നാം മുറവിളികൂട്ടുന്നു; എന്നാൽ ബാലവിധവയ്ക്കു സംരക്ഷനല്ലാൻ നാം വിസമ്മതിക്കുന്നു. വിവാഹച്ചടങ്ങിൻെറ അർത്ഥംപോലും മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിവില്ലാതിരുന്ന നമ്മുടെ മൂന്നുലക്ഷത്തിൽപരം ബാലവിധവകളുടെമേൽ, മതത്തിൻെറ പേരിൽ നാം വിധവാത്വം അടിച്ചേല്പിക്കുന്നു. കൊച്ചുപെൺകിടാങ്ങളുടെമേൽ വൈധവ്യം അടിച്ചേല്പിക്കുന്നതു മൃഗീയമായ ഒരു പാതകമാണു്; അതിനു നാം ഹിന്ദുക്കൾ, ദിനംപ്രതി നല്ല വില നല്കിവരുകയുമാണു്. ഒരു ശാസ്ത്രത്തിലും ഇപ്രകാരമുള്ള വൈധവ്യത്തിനു നിയമസാധുത്വമില്ല. ഒരു ജീവിതസഖാവിൻെറ സ്നേഹം അറിഞ്ഞിട്ടുള്ള ഒരു സ്ത്രീ, സ്വമനസ്സാലെ അംഗീകരിക്കുന്ന വിധവാത്വം, ജീവിതത്തിനു് അന്തസ്സും സൗകുമാര്യവും വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും, ഭവനത്തെ പവിത്രീകരിക്കുകയും മതത്തെത്തന്നെ ഉയർത്തുകയും ചെയ്യുന്നു. മതത്താലോ ആചാരത്താലോ അടിച്ചേൽപ്പിക്കപ്പെടുന്ന വിധവാത്വം അസഹനീയമായ ഒരു നുകമാണു്; അതു ഭവനത്തെ മറവിൽ ചെയ്യുന്ന ദുഷ്കർമ്മങ്ങളാൽ മലിനമാക്കുകയും, മതത്തെ അധഃപതിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

അമ്പതിലധികം വയസ്സു പ്രായമുള്ള രോഗബാധിതരായ വൃദ്ധന്മാർ ബാലികമാരായ ഭാര്യമാരെ, ചിലപ്പോൾ ഒന്നിനുമുകളിൽ മറ്റൊന്നായി, സ്വീകരിക്കുന്നതിനെക്കുറിച്ചു് അഥവാ വിലകൊടുത്തു വാങ്ങുന്നതിനെക്കുറിച്ചു്, ചിന്തിക്കുമ്പോൾ, ഒരാളുടെ നാസാരന്ധ്രങ്ങളിൽ ഈ ഹിന്ദുവിധവാത്വത്തിൻെറ ദുർഗ്ഗന്ധംഅടിക്കുന്നില്ലേ? നമ്മുടെ മധ്യത്തിൽ ആയിരക്കണക്കിനു വിധവകളുള്ളിടത്തോളം,

1. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 4–2–1926 (Women, p. 53)
2. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 3–6–1926 (നവജീവനിൽനിന്നു സംഗ്രഹിച്ചു പരിഭാഷപ്പെടുത്തിയതു്.) (Self-restraint v. Self-indulgence, p. 77)
3. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 5–8–1926 (Selections from Gandhi, p. 279 and Women, p. 53)

കാലം നാം ഏതു നിമിഷത്തിലും പൊട്ടിത്തെറിച്ചേക്കാവുന്ന ഒരു മൈനിന്റെ മുകളിലാണ് ഇരിക്കുന്നതു്. നാം പരിശുദ്ധരാകണമെങ്കിൽ, നമുക്ക ഹിന്ദുമതത്തെ രക്ഷിക്കണമെങ്കിൽ ഈ നിർബന്ധിത വൈധവ്യവിഷയത്തിൽനിന്നു നാം രക്ഷനേടണം. ഈ പരിഷ്കാരം ആരംഭിക്കേണ്ടതു് തങ്ങളുടെ സംരക്ഷയിൽ ബാലവിധവകളുള്ളവർ, ധൈര്യമവലംബിച്ചു്, അവരെ അർഹിക്കുന്നതരത്തിൽ വിവാഹം ചെയ്തുകൊടുത്തുകൊണ്ടാണു്. അതു പുനർവിവാഹമല്ല. യഥാർത്ഥത്തിൽ ആ പെൺകുട്ടികളുടെ വിവാഹം മുമ്പു നടന്നിട്ടില്ല.

4

മൊത്തത്തിൽ വിധവകളുടെ പുനർവിവാഹം നടത്തണമെന്നു് ഞാനൊരിക്കലും വാദിച്ചിട്ടില്ല. ഈ പാവപ്പെട്ട അശരണജീവികൾ (പതിനഞ്ചിനു താഴെയുള്ള ബാലവിധവകൾ)ക്കു് പതിവ്രതാധർമ്മത്തെക്കുറിച്ചു് ഒന്നുമറിഞ്ഞുകൂടാ. പ്രേമം അവക്കു് അപരിചിതമാണു്. ഈ കുട്ടികളുടെ ചേർച്ചയെ വിവാഹിതാവസ്ഥയെന്നു വിളിക്കുന്നതും, അനന്തരം ഭർത്താവെന്നു പറയുന്നയാൾ മരിക്കുമ്പോൾ ഒരു ബാലികയ്ക്കു വൈധവ്യം വിധിക്കുന്നതും ദൈവത്തിനും മനുഷ്യർക്കുമെതിരായിട്ടുള്ള ഒരു പാതകമാണു്.

ഒരു യഥാർത്ഥ ഹിന്ദുവിധവ ഒരു നിധിയാണെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുകതന്നെ ചെയ്യുന്നു. അവൾ, ഹിന്ദുമതം മനുഷ്യവർഗ്ഗത്തിനു നല്കുന്ന സമ്മാനങ്ങളിലൊന്നാണു്. രമാബായി റാനഡേ അങ്ങനെയുള്ള ഒരു സമ്മാനമായിരുന്നു. എന്നാൽ ബാലവിധവകളുടെ അസ്തിത്വം ഹിന്ദുമതത്തിനു് ഒരു കളങ്കമാണു്. അതിനു് ഒരു രമാബായിയുടെ നിലനില്പു് പരിഹാരമല്ല.

5

ഒരൊററ ശിശുവിധവയെങ്കിലുമുള്ളിടത്തോളം കാലം, ആ അപരാധത്തിനു പരിഹാരം ആവശ്യമാണു്.

6

ഇളംപ്രായത്തിലുള്ള പെൺമക്കളെ 'വിവാഹം' ചെയ്തുകൊടുക്കുകയെന്ന പാപം ചെയ്ത മാതാപിതാക്കൾ കൗമാരത്തിൽത്തന്നെ അവർ വിധവകളാവുകയാണെങ്കിൽ, അവരെ വീണ്ടും വിവാഹംചെയ്തുകൊടുത്തു്, ആ പാപത്തിൽനിന്നു മോചനം നേടണം എന്നാണു ഞാൻ വാദിച്ചിട്ടുള്ളതു്. പക്വതയുണ്ടാവേണ്ട പ്രായമായതിനുശേഷമാണു് പെൺകിടാങ്ങൾക്കു വൈധവ്യം നേരിടുന്നതെങ്കിൽ പുനർവിവാഹം ചെയ്യണമോ വിധവകളായിത്തന്നെ ജീവിക്കണമോ എന്നുള്ളതു് അവർ തന്നെ നിശ്ചയിക്കേണ്ട കാര്യമാണു്. ഇവിടെ നിയ

4. യങ് ഇൻഡ്യ 19–8–1926 (Women, pp. 53–54)
5. യങ് ഇൻഡ്യ 2–9–1926. (Women, p. 54.)
6. യങ് ഇൻഡ്യ 14-10–1926. (Women, p. 54)

മമെന്തായിരിക്കണമെന്നു പറയാൻ എന്നോടാവശ്യപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ, പുരുഷനു ബാധകമാകുന്ന നിയമംതന്നെ സ്ത്രീക്കും ബാധകമാകണം എന്നാണു ഞാൻ പറയുക. അമ്പതു വയസ്സുപ്രായമുള്ള ഒരു വിഭാര്യന് നിയമം ലംഘിക്കാതെ പുനർവിവാഹം ചെയ്യാമെങ്കിൽ, ആ പ്രായത്തിലുള്ള വിധവയ്ക്കും അങ്ങനെ ചെയ്യുവാനവകാശമുണ്ടായിരിക്കണം. അവരിരുവരും പുനർവിവാഹത്താൽ തെററുചെയ്യുകയാണെന്നുള്ളതു്, എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ, തികച്ചും മറെറാരു കാര്യമാണു്. പ്രായപൂർത്തിയായശേഷം സ്വമനസ്സാലെ വിവാഹബന്ധത്തിലേർപ്പെട്ട ഒരു വിധവയോ വിഭാര്യനോ പുനർവിവാഹം ചെയ്യുന്നതു പാപകരമാക്കിക്കൊണ്ടു ഹിന്ദുനിയമത്തിൽ വരുത്തുന്ന ഒരു പരിഷ്കാരത്തെ ഞാൻ എന്തായാലും അനുകൂലിക്കും.

7

കുററകരമെന്നതിനുപകരം പാപകരമെന്ന വാക്കു് ഞാൻ മനഃപൂർവ്വം ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്നതു ശ്രദ്ധിക്കണം. ഒരു കുററത്തിന്റെ ശിക്ഷ മനുഷ്യൻ നടത്തുന്ന രാഷ്ട്രം ചുമത്തുന്നതാണു്; ഒരു പാപത്തിനു ശിക്ഷ നൽകേണ്ടതാകട്ടെ, ദൈവം അഥവാ, അവനവന്റെ മനസ്സാക്ഷി മാത്രമാണു്. ഹിന്ദുസമുദായം, എന്റെ മറുപടിയിൽ, ഞാൻ സൂചിപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന നിലയിലേക്കുയരുകയാണെങ്കിൽ, അതു ഹിന്ദുസമുദായത്തിനും, മനുഷ്യവർഗ്ഗത്തിനും ഒരു വമ്പിച്ച നേട്ടമായിരിക്കുമെന്നു തന്നെ ഞാൻ കരുതുന്നു.

8

....യുവജനങ്ങളേ, ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നതു്, നിങ്ങൾക്കു കുറേക്കൂടി ധീരോദാത്തത ഉണ്ടായിരിക്കണമെന്നാണു്. നിങ്ങൾക്കതുണ്ടെങ്കിൽ, എനിക്കു മഹത്തായ ഒരു നിർദേശം നിങ്ങളുടെ മുമ്പിൽ സമർപ്പിക്കുവാനുണ്ടു്. നിങ്ങളിൽ ഭൂരിപക്ഷം അവിവാഹിതരാണെന്നും നല്ലൊരു സംഖ്യ ബ്രഹ്മചാരികളാണെന്നും ഞാൻ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. നല്ലൊരു സംഖ്യയെന്നു പറയേണ്ടിവരുന്നതു്, വിദ്യാർത്ഥികളെ എനിക്കറിയാവുന്നതുകൊണ്ടാണു്. തന്റെ കാമാത്തമായ നേത്രങ്ങൾ, സഹോദരിയുടെമേൽ പതിപ്പിക്കുന്ന വിദ്യാർത്ഥി ബ്രഹ്മചാരിയല്ല. നിങ്ങൾ വിധവയല്ലാത്ത ഒരു പെൺകിടാവിനെ വിവാഹം ചെയ്യുകയില്ലെന്നും, ഒരു വിധവയായ ബാലികയെ തെരഞ്ഞു കണ്ടുപിടിക്കുമെന്നും, അങ്ങനെയൊരു ബാലികയെ കണ്ടുകിട്ടിയില്ലെങ്കിൽ വിവാഹംതന്നെ വേണ്ടെന്നുവയ്ക്കുമെന്നും വിശുദ്ധമായ ഒരു തീരുമാനം എടുക്കണമെന്നു് ഞാൻ ആവശ്യപ്പെടുന്നു—അങ്ങനെയൊരു ദൃഢനിശ്ചയം ചെയ്യുക; അതു ലോകസമക്ഷം പ്രഖ്യാപിക്കുക; നിങ്ങൾക്കു മാതാപിതാക്കളുണ്ടെങ്കിൽ അവരോടും, ഇല്ലെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ സഹോദരിമാരോടും പറയുക. ഒരു തെററുതിരുത്തലായി

---

7. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 18–11–1926. (Women, p. 55)
8. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 15–9–1927. (മദ്രാസ് പച്ചയ്യപ്പാസ് കോളേജിൽ ചെയ്ത ഒരു പ്രസംഗത്തിൽനിന്നു്) (To the students pp. 43, 104.)

ട്ടാണു്, ഞാനവരെ വിധവയായ ബാലികമാരെന്നു വിളിച്ചതു്. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ, വിവാഹമെന്നു പറയപ്പെടുന്ന ആ ചടങ്ങിൽ സമ്മതം നൽകുന്ന ഒരു കക്ഷിയല്ലാത്ത പത്തോ പതിനഞ്ചോ വയസ്സു പ്രായമുള്ള ഒരു പെൺകുട്ടി വിവാഹച്ചടങ്ങു കഴിഞ്ഞു്, തന്റെ ഭർത്താവെന്നു പറയപ്പെടുന്ന മനുഷ്യനോടൊന്നിച്ചു് ഒരിക്കലും ജീവിക്കാതെ, പെട്ടെന്നു വിധവയെന്നു പ്രഖ്യാപിക്കപ്പെട്ടാൽ, അവളൊരു വിധവയാകുകയില്ലെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. അതു് ആ വാക്കിന്റെ ദുരുപയോഗമാണു്. ഭാഷയുടെ ദുരുപയോഗമാണു്. ഈശ്വരദൂഷണമാണു്. ഹിന്ദുമതത്തിൽ വിധവയെന്ന വാക്കിനു് അതിന്റേതായ ഒരു വിശുദ്ധ സൗരഭ്യമുണ്ടു്. ഒരു വിധവയായിരിക്കുകയെന്നുപറഞ്ഞാൽ എന്താണെന്നറിയാമായിരുന്ന, കഴിഞ്ഞുപോയ മിസ്സിസ് രമാബായി റാനഡേയെപ്പോലെയുള്ള ഒരു യഥാർത്ഥവിധവയുടെ ആരാധകനാണു ഞാൻ. എന്നാൽ ഒൻപതുവയസ്സു പ്രായമുള്ള ഒരു ശിശുവിനു് ഒരു ഭർത്താവെന്നുവച്ചാൽ എന്താണെന്നുള്ളതിനെക്കുറിച്ചു് ഒന്നും അറിഞ്ഞുകൂടാ. ഇങ്ങനെയുള്ള ബാലവിധവകളുണ്ടെന്നുള്ളതു സത്യമല്ലെങ്കിൽ എന്റെ വാദം തകർന്നുപോകും. എന്നാൽ അങ്ങനെയുള്ള ശിശുവിധവകളുണ്ടെങ്കിൽ, ഈ ശാപത്തിൽനിന്നു നാം വിമുക്തരാകണമെന്നു നിങ്ങൾക്കാഗ്രഹവുമുള്ളപക്ഷം, ഒരു ബാലവിധവയെ വിവാഹം ചെയ്യുമെന്നു ദൃഢനിശ്ചയം ചെയ്യേണ്ടതു നിങ്ങളുടെ വിശുദ്ധമായ ചുമതലയായിത്തീരുന്നു. ഒരു രാഷ്ട്രം ചെയ്യുന്ന ഇങ്ങനെയുള്ള പാപങ്ങളെല്ലാം, പ്രത്യക്ഷമായിത്തന്നെ, അതിന്റെനേരെ തിരിച്ചടിക്കുമെന്നു വിശ്വസിക്കുവാൻ വേണ്ടത്ര അന്ധവിശ്വാസം എനിക്കുണ്ടു്. ഈ പാപങ്ങളെല്ലാംഒന്നിച്ചുകൂടിയിട്ടാണു നമ്മെ അടിമത്തത്തിലാഴ്ത്തിയിരിക്കുന്നതു് എന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. 'കോമൺസ്സഭ'യിൽനിന്നു്, നമുക്കു വിഭാവനം ചെയ്യാവുന്നതിൽ ഏററവും മെച്ചമേറിയ ഒരു ഭരണഘടന നിങ്ങൾക്കു ലഭിച്ചേക്കാം. എന്നാൽ ആ ഭരണഘടന നടപ്പിലാക്കുന്നതിനു കഴിവുള്ള സ്ത്രീപുരുഷന്മാരില്ലെങ്കിൽ, അതു പ്രയോജനശൂന്യമായിരിക്കും. തന്റെ അഭിലാഷങ്ങൾ പൂർത്തീകരിക്കാനാഗ്രഹിക്കുകയും, എന്നാൽ ബലാല്ക്കാരമായി അതിൽനിന്നു തടയപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരൊററ വിധവയെങ്കിലും ഇവിടെയുള്ളിടത്തോളംകാലം, തന്നത്താൻ ഭരിക്കാനോ മററുള്ളവരെ ഭരിക്കാനോ മുപ്പതുകോടി നിവാസികളുള്ള ഒരു ജനപദത്തിന്റെ ഭാഗധേയത്തിനു രൂപം നല്കാനോ കഴിയുന്നവരെന്നു സ്വയം വിളിക്കുവാൻ നമുക്കു സാധിക്കുമെന്നു നിങ്ങൾ കരുതുന്നുണ്ടോ? അതു മതമല്ല, മതമില്ലായ്മയാണു്. ഹിന്ദുമതത്തിന്റെ സത്ത പരമാവധി ഉൾക്കൊള്ളുന്നവനെന്ന നിലയ്ക്കാണു് ഞാൻ അങ്ങനെ പറയുന്നതു്. എന്നിലുള്ള പാശ്ചാത്യസംസ്കാരപ്രവണതയാണു് ഇങ്ങനെ സംസാരിക്കുന്നതെന്നു തെററുധരിക്കരുതു്. അകളങ്കിതമായ ഭാരതീയസംസ്കാരം എന്നിൽ നിറഞ്ഞുതുളുമ്പുന്നുണ്ടെന്നു ഞാൻ അവകാശപ്പെടുന്നു. പ്രതീചിയിൽ

നിന്നു ഞാൻ പല സംഗതികളും ഉൾക്കൊണ്ടിട്ടുണ്ടു്; എന്നാൽ ഇതങ്ങനെയല്ല, ഹിന്ദുമതത്തിൽ ഇങ്ങനെയുള്ള വിധവാത്വത്തിനു നിയമസാധുതയില്ല.

9

....ബ്രഹ്മചര്യമെന്താണെന്നു മനസ്സിലാക്കുകയും, അതു പാലിക്കുവാൻ നിശ്ചയിക്കുകയും ചെയ്തിട്ടുള്ള മനക്കരുത്തുള്ള ഒരൊററ വിധവയെപ്പോലും, എന്റെ ഉപദേശം, തന്റെ ഉദ്ദേശ്യത്തിൽനിന്നു പിന്തിരിപ്പിക്കുകയില്ല. എന്നാൽ ആ ഉപദേശം അനുസരിക്കപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ, വിവാഹച്ചടങ്ങുകൾക്കു കീഴ്പ്പെട്ടപ്പോൾ, അവയുടെ അർത്ഥമെന്തെന്നുപോലും അറിഞ്ഞുകൂടാതിരുന്ന, ഇളംപ്രായത്തിലുള്ള ആ പെൺകിടാങ്ങൾക്ക് അതു വലിയ സമാശ്വാസം നിശ്ചയമായും പ്രദാനം ചെയ്യും. അവരോടു ബന്ധപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ടു വിധവയെന്ന പദമുപയോഗിക്കുന്നതു പരിശുദ്ധമായ സാഹചര്യങ്ങളോടുകൂടിയ ഒരു പേരിനെ അക്രമമായി ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തുന്നതാണു്. വിധവാത്വത്തിന്റെ പരിശുദ്ധി സംരക്ഷിക്കുവാൻ, ശിശുവൈധവ്യമാകുന്ന ശാപത്തിൽനിന്നു് അതിനെ ശുദ്ധീകരിച്ചെങ്കിലേ സാധിക്കൂ.

വിധവകൾ ബ്രഹ്മചര്യം പാലിക്കുന്ന പക്ഷം, അവക്കു മോക്ഷം ലഭിക്കുന്നതാണെന്നുള്ള പ്രസ്താവനയ്ക്കു് അനുഭവത്തിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ യാതൊരടിസ്ഥാനവുമില്ല. പരമാനന്ദപ്രാപ്തിക്കു വെറും ബ്രഹ്മചര്യത്തിനു പുറമേ, മററു പല കാര്യങ്ങളും ആവശ്യമാണു്. തന്നെയുമല്ല, അടിച്ചേല്പിക്കപ്പെടുന്ന ബ്രഹ്മചര്യത്തിനു യാതൊരു മഹത്വവുമില്ല; ആ തിന്മ പലപ്പോഴും, അതു നിലനില്ക്കുന്ന സമുദായത്തിന്റെ ധാർമ്മികമായ അടിത്തറ തോണ്ടുന്ന രഹസ്യമായ പല തിന്മകൾക്കും കാരണമാകുകയും ചെയ്യും. വ്യക്തിപരമായ നിരീക്ഷണത്തിന്റെ വെളിച്ചത്തിലാണു് ഞാനിതെഴുതുന്നതു്.

എന്റെ ഉപദേശത്തിന്റെ ഫലമായി കന്യാവിധവകൾക്കു പ്രാഥമികനീതി ലഭിക്കുകയും, തൽഫലമായി, മററു കന്യകമാക്കു് അകാലത്തിൽ പുരുഷന്റെ കാമാഭിലാഷപൂർത്തിക്കായി വില്ക്കപ്പെടുന്നതിനുപകരം പ്രായത്തിലും ബുദ്ധിയിലും പക്വത ലഭിക്കുന്നതിനു സന്ദർഭം നൽകപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നപക്ഷം തീർച്ചയായും, ഞാൻ സന്തുഷ്ടനായിരിക്കും.

....ദേഹാന്തരപ്രാപ്തി, പുനർജന്മം, മുക്തി എന്നിവയിലുള്ള വിശ്വാസത്തോടു പൊരുത്തപ്പെടാത്ത യാതൊരു വിവാഹസിദ്ധാന്തവും എനിക്കില്ല. നാം ധിക്കാരപൂർവ്വം അധഃകൃതരെന്നു വിളിക്കുന്ന ദശലക്ഷക്കണക്കിലുള്ള ഹിന്ദുക്കൾക്കു്, വിധവാവിവാഹം നിരോധിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ലെന്നു് അനുവാചകൻ മനസ്സിലാക്കണം. കിഴവന്മാരായ വിഭാര്യരുടെ പുനർവിവാഹം ആ വിശ്വാസത്തിനു കുഴപ്പമുണ്ടാക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ വിധവകളെന്നു തെററായി പറയപ്പെടുന്ന പെൺകുട്ടികളുടെ വിവാഹം, എങ്ങനെയാണു് ആ മഹാവിശ്വാസത്തിനു

9. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ, 6-10-1927. (To the Students, pp. 109-110)

കഴപ്പമുണ്ടാക്കുന്നതെന്ന് എനിക്കു കാണാൻ കഴിയുന്നില്ല. എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ദേഹാന്തരപ്രാപ്തിയും പുനർജന്മവും വെറും സിദ്ധാന്തങ്ങളല്ലെന്നും. ദിനംപ്രതിയുണ്ടാകുന്ന സൂര്യോദയംപോലെ സ്പഷ്ടമായ വസ്തുതകളാണെന്നും ഞാനിവിടെ സൂചിപ്പിക്കട്ടെ. എന്റെ സർവ്വകഴിവുകളുമുപയോഗിച്ച് ഞാൻ സാക്ഷാൽക്കരിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്ന ഒരു വസ്തുതയാണു മുക്തി. മുക്തിയെക്കുറിച്ചുള്ള ധ്യാനമാണ് ഈ കന്യാവിധവകളുടെ നേരേ അനുഷ്ഠിക്കപ്പെടുന്ന തെററിനെക്കുറിച്ച് എനിക്കു വ്യക്തമായ ബോധം നൽകിയതു്. ഇന്നത്തെ നമ്മുടെ കഴിവുകേടിൽ, ഉപദ്രവമേററ ഈ ആധുനിക കന്യാവിധവകളോടൊപ്പം ഘോര ശ്വാസത്തിൽ, സീതയുടെയും മററും അനശ്വരനാമങ്ങൾ നമുക്കു ഉച്ചരിക്കാതെയിരിക്കാം.

ഹിന്ദുമതത്തിൽ യഥാർത്ഥ വൈധവ്യം വളരെ ഉചിതമായിത്തന്നെ പ്രകീർത്തിക്കപ്പെടുന്നുണ്ടു്. അതേസമയം, എന്റെ അറിവിൽപ്പെട്ടിടത്തോളം, വൈദികകാലത്തു വിധവകളുടെ പുനർവിവാഹം പരിപൂർണമായി നിരോധിക്കപ്പെട്ടിരുന്നുവെന്നുള്ള വിശ്വാസത്തിനു യാതൊരടിസ്ഥാനവുമില്ല. എന്നാൽ എന്റെ ധർമ്മയുദ്ധം യഥാർത്ഥമായ വിധവാത്വത്തിനെതിരായിട്ടല്ല; അതിന്റെ ബീഭത്സമായ വികൃതചിത്രത്തിനെതിരായിട്ടാണു്. ഞാൻ പരാമർശിക്കുന്ന പെൺകിടാങ്ങളെയും വിധവകളെന്നു കരുതാതിരിക്കുകയാണു് അധികം നല്ലതു്. തന്നിൽ ധീരോദാത്തതയുടെ ഒരു കണികയെങ്കിലുമുള്ള ഓരോ ഹിന്ദുവും അസഹനീയമായ ആ നരകത്തിനടിയിൽനിന്നു് അവരെ വിമോചിപ്പിക്കുവാൻ കടപ്പെട്ടവനാണു്. അതിനാൽ വിധവകളെന്നു തെററായി വിളിക്കപ്പെടുന്ന ഈ കന്യകമാരെയൊഴികെ ആരേയും വിവാഹംകഴിക്കാൻ കൂട്ടാക്കരുതെന്നു ഓരോ ഹിന്ദുയുവാവിനും നൽകിയ ഉപദേശം ഞാൻ വിനീതമായും എന്നാൽ ശക്തമായും ആവർത്തിക്കുന്നു.

10

സ്വമനസ്സാലെയുള്ള വിധവാത്വം ഹിന്ദുമതത്തിലെ അമൂല്യമായ ഒരു അനുഗ്രഹമാണു്. അടിച്ചേല്പിക്കുന്ന വിധവാത്വമാകട്ടെ ഒരു ശാപവും. ഭൗതികമായ നിയന്ത്രണത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഭയത്തേക്കാളധികം, ഹൈന്ദവജനാഭിപ്രായസമക്ഷം നേരിടാവുന്ന നിന്ദയിൽനിന്നു തികച്ചും മുക്തരായെങ്കിൽ പല യുവവിധവകളും സംശയലേശംപോലും കൂടാതെ പുനർവിവാഹം ചെയ്യുമെന്നു് എനിക്കു് ഉറപ്പായി തോന്നുന്നു. അതിനാൽ, നിർഭാഗ്യകരമായ ഈ നിലയിൽപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന യുവവിധവകൾക്കെല്ലാം പുനർവിവാഹത്തിനുള്ള എല്ലാ പ്രേരണകളും നൽകണം; പുനർവിവാഹത്തിനു ഒരുങ്ങിയാൽ തങ്ങൾക്കു യാതൊരു കുററവും നേരിടുകയില്ലെന്നു് അവക്കു് ഉറപ്പു വരണം; അവക്കു യോജിച്ച ഭർത്താക്കന്മാരെ കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിനു എല്ലാ ശ്രമങ്ങളും ചെയ്യുകയും വേണം. ഏതെങ്കിലും ഒരു സ്ഥാപന

10. ഹരിജൻ, 22–6–1935 (Women, pp. 57–58)

ത്തിനു ചെയ്യുവാൻ കഴിയുന്ന ജോലിയല്ല ഇതു്; തങ്ങളുടെ ബന്ധുക്കൾ വിധവമാരായിത്തീൎന്നിട്ടുള്ള സമുദായ പരിഷ്കൎത്താക്കളായ വ്യക്തികൾ ചെയ്യേണ്ടതാണിതു്, അവർ തങ്ങളുടെ സ്വന്തം പരിസരങ്ങളിൽ ഊൎജ്ജസ്വലവും അന്തസ്സുററതും, നിയന്ത്രിതവുമായ പ്രചാരവേല ചെയ്യുകയും, ആ ശ്രമം വിജയത്തിലെത്തുമ്പോൾ, അതിനു ഏററവും വ്യാപകമായ പ്രചാരം നല്കുകയും ചെയ്യണം. അങ്ങനെ, അങ്ങനെമാത്രമേ, വിധവകളായിത്തീൎന്നിരിക്കാവുന്ന പെൺകിടാങ്ങൾക്കു കാര്യമായ സമാശ്വാസം ലഭിക്കാൻ സാദ്ധ്യതയുള്ളു. ഒരു ദുരന്തസംഭവത്തിന്റെ സ്മരണ മനസ്സിൽ പുത്തനായിരിക്കുമ്പോൾ പൊതുജനങ്ങളുടെ അനുഭാവം എളുപ്പത്തിൽ സജ്ജമാക്കുവാൻ സാധിക്കും. ഒരിക്കൽ ഈ പരിഷ്കാരം വ്യാപകമായ തോതിൽ വന്നുകഴിഞ്ഞാൽ സ്വാഭാവികമായ നിലയിൽ വിധവകളായിത്തീരുന്ന പെൺകിടാങ്ങൾക്കും സമ്മതമെങ്കിൽ വീണ്ടും വിവാഹിതരാകാൻ എളുപ്പമായിരിക്കും.

11

ഈ പരിഷ്കാരം, ഒന്നാമതായി,ഹിന്ദുക്കളുടെയിടയിലെ പ്രബുദ്ധമായ പൊതുജനാഭിപ്രായത്തിന്റെ ശക്തികൊണ്ടും രണ്ടാമതായി തങ്ങളുടെ സംരക്ഷണയിലുള്ള ബാലവിധവകളെ വിവാഹം കഴിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള ചുമതല മാതാപിതാക്കൾ അംഗീകരിക്കുന്നതുകൊണ്ടും മാത്രമേ നടപ്പിലാവൂ. പെൺകിടാങ്ങൾക്കു സമ്മതമില്ലാത്ത സന്ദർഭങ്ങളിൽ, അവർ വിവാഹം ചെയ്യുന്നതു ശരിയാണെന്നു് അവരെ പറഞ്ഞു മനസ്സിലാക്കിയാൽ മാതാപിതാക്കൾക്കതു ചെയ്യുവാൻ കഴിയും. സ്വാഭാവികമായി ഇവിടെ പ്രായപൂൎത്തിയായിട്ടില്ലാത്ത പെൺകിടാങ്ങളെയാണുദ്ദേശിക്കുന്നതു്. വിധവകളെന്നു പറയപ്പെടുന്നവർ പ്രായപൂൎത്തി വന്നവരാണെന്നും വിവാഹം ചെയ്യാൻ ആഗ്രഹമില്ലാത്തവരാണെന്നും വയ്ക്കുക;അങ്ങനെയാണെങ്കിൽ,അവർ അവിവാഹിതരായ കന്യകമാരായിരുന്നെങ്കിൽ എന്നപോലെ, വിവാഹിതരാകുവാനുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യം അവർക്കുണ്ടെന്നു് അവരോടു പറയുകയല്ലാതെ, മറെറാന്നും ആവശ്യമില്ല.

അദ്ധ്യായം ആറ്

സ്ത്രീധനം

1

തന്റെ വിവാഹത്തിനു സ്ത്രീധനം ഒരു വ്യവസ്ഥയാക്കുന്ന ഏതൊരു യുവാവും തന്റെ വിദ്യാഭ്യാസത്തെയും തന്റെ നാടിനെയും കളങ്കപ്പെടുത്തുകയും സ്ത്രീത്വത്തെ അവമാനിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഈ രാജ്യത്തു പല യുവജനപ്രസ്ഥാനങ്ങളുണ്ടു്. ഈ പ്രസ്ഥാനങ്ങൾ ഇമ്മാതിരി

11. ഹരിജൻ, 20-3-1937 (Women.p. 58)
12. യങ് ഇൻഡ്യ 21-6-1928(To the Students. p. 140)

രിയുള്ള പ്രശ്നങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യുമെന്ന ഞാനാശിക്കുന്നു. ഇപ്രകാരമുള്ള സംഘടനകൾ പലപ്പോഴും അവ യഥാർത്ഥത്തിൽ ചെയ്യേണ്ടതുപോലെ ഉള്ളിൽനിന്നുണ്ടാകുന്ന സാരവത്തായ പരിഷ്കൃതികളെ പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്നതിനു പകരം ആത്മപ്രശംസാസംഘങ്ങളായിത്തീരുന്നു. ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ ഈ സംഘടനകൾ ചെയ്യുന്ന ജോലി ബഹുജനപ്രസ്ഥാനങ്ങളെ സഹായിക്കാൻ ഉപകരിക്കുന്നതിന്റെ ഫലമായി ഇന്നാട്ടിലെ യുവജനങ്ങൾക്കു ലഭിക്കുന്ന ബഹുജനാഭിനന്ദനംതന്നെയാണ് അവരുടെ പ്രതിഫലം എന്നും ഓർക്കണം. ഇങ്ങനെയുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് ആന്തരികമായ പരിഷ്കാരത്തിന്റെ പിന്തുണ ലഭിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ അതു യുവജനങ്ങളിൽ അഭിസ്ഥാനമില്ലാത്ത ആത്മസംതൃപ്തി സംജാതമാക്കി അവരെ ദുഷിപ്പിക്കുവാനിടയുണ്ട്. അപകർഷകരമായ സ്ത്രീധനസമ്പ്രദായത്തെ അപലപിക്കുന്ന സുശക്തമായ പൊതുജനാഭിപ്രായം സംഘടിപ്പിക്കുകയും, ഇങ്ങനെ അനഭിലഷണീയമായ നിലയിൽ ലഭിക്കുന്ന സ്വർണ്ണംകൊണ്ടു തങ്ങളുടെ കൈകൾ അഴുക്കാക്കുന്ന യുവാക്കന്മാരെ സമുദായത്തിൽനിന്നു ബഹിഷ്കരിക്കുകയും ചെയ്യണം. ഇംഗ്ലീഷ് സർവ്വകലാശാലാബിരുദങ്ങൾ പെൺകിടാങ്ങളുടെ മാതാപിതാക്കളുടെ കണ്ണഞ്ചിക്കാതാകണം. തങ്ങളുടെ പെൺമക്കൾക്കു കൊള്ളാവുന്ന ധീരയുവാക്കന്മാരെ ഭർത്താക്കന്മാരായി കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിനു് അവർ തങ്ങളുടെ ഇടുങ്ങിയ ജാതിയുടേയും സംസ്ഥാനത്തിന്റെയും പരിധികളെ അതിലംഘിച്ചുപോകാൻ മടിക്കരുതു്.

2

സിന്ധ് പ്രവിശ്യയിലെ അമീലുകളാണ് അവിടത്തെ ഏറ്റവും പുരോഗമിച്ച സമുദായം എന്നു തോന്നുന്നു. എന്നാൽ അവർ ഇത്രയധികം പുരോഗമിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിലും അവരുടെയിടയിൽ ഗുരുതരങ്ങളായ ചില അനാചാരങ്ങളുണ്ട്; അവയെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അവയ്ക്കാണു കുത്തകയെന്നു തോന്നുന്നു. ഇവയിൽ 'ദത്തീ-ധത്തീ'സമ്പ്രദായം തീരെ ഗൗരവം കുറഞ്ഞതല്ല. ഒന്നിലധികം തവണ ഞാനതിനെക്കുറിച്ചു ഈ പംക്തികളിൽ അഭിപ്രായം രേഖപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. ഞാൻ ഇദംപ്രഥമമായി സിന്ധു് സന്ദർശിച്ച അവസരത്തിൽ ഈ അനാചാരം എന്റെ ശ്രദ്ധയിൽപ്പെടുകയും, അതിനെക്കുറിച്ച് അമീൽസുഹൃത്തുക്കളോടു സംസാരിക്കുവാൻ ഞാൻ ക്ഷണിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്തു. ഈ അനാചാരം ഉന്മൂലനം ചെയ്യാൻ ഒറ്റപ്പെട്ട ശ്രമങ്ങൾ നിസ്സംശയമായും നടന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിലും ഈ ദുഷ്യം അവസാനിപ്പിക്കാൻ സംഘടിതമായ ഒരു ശ്രമവും ഇതുവരെ നടന്നതായി തോന്നുന്നില്ല. അമീലുകൾ കെട്ടുറപ്പുള്ള ഒരു കൊച്ചുസമുദായമാണ്. ഈ അനാചാരത്തിന്റെ ഗുരുതവത്തെ ആരും ചോദ്യം ചെയ്തിട്ടില്ല. അതിനെ സാധൂകരിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്ന ഒരൊററ

---

2. യങ് ഇൻഡ്യ 27-12-1928 (To the Students, pp. 149-150)

അമീലിനെപ്പോലും എനിക്കറിഞ്ഞുകൂടാ. അമീലുകളുടെയിടയിലെ അഭ്യസ്തവിദ്യരായ ചെറുപ്പക്കാർ താലോലിക്കുന്ന ഒരാചാരമായതുകൊണ്ടാണ് അതു നിലനിന്നിട്ടുള്ളത്. അവരുടെ ജീവിതരീതി അവർക്കു സത്യസന്ധമായി ആകാവുന്ന കഴിവിനതീതമാണ്. അതിനാൽ അവർ ഗുണദോഷചിന്തകളെയെല്ലാം കാററിൽ പറത്തിയിട്ട്, തങ്ങളുടെ ഹീനമായ ഉദ്ദേശ്യസാദ്ധ്യങ്ങൾക്കായി വിവാഹധർമ്മത്തെ വ്യഭിചരിപ്പിച്ചുകൊണ്ടു സ്വയം അപകൃഷ്ടരാകുവാൻ മടിക്കുന്നില്ല. ഹീനമായ ഈ ഒരൊററ നടപടി അവരുടെ ദേശീയ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ഗുണത്തെ സാരമായി ബാധിച്ചിരിക്കുന്നു. നേരെ മറിച്ചായിരുന്നെങ്കിൽ ഇത്ര ബുദ്ധിശക്തിയും ഇത്ര വിദ്യാഭ്യാസവുമുള്ള ആ ചെറുപ്പക്കാർക്കു നാട്ടിനു മഹത്തായ നന്മകൾ ഉണ്ടാകുമാറ് ദേശീയപ്രവർത്തനം ചെയ്യുവാൻ കഴിയുമായിരുന്നു.

ഈ അനാചാരത്തിനു് ഒരറുതി വരുത്താനായി ഇതിനകം ഒരു താല്ക്കാലികക്കമ്മിററി രൂപവല്ക്കരിച്ചുകഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. ആചാര്യ എ. ററി. ഗിദ്വാനി അതിൻെറ അദ്ധ്യക്ഷസ്ഥാനം സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്നു. അതെല്ലാം വേണ്ടതുപോലെതന്നെ ആയിട്ടുണ്ട്. അദ്ദേഹം വൃന്ദാവനത്തിൽനിന്നു സിന്ധിലേക്കു പോകാമെന്നേററപ്പോൾ ദേശീയാഭിവൃദ്ധിക്കു സഹായകമായ എല്ലാ അഭിലഷണീയപ്രവർത്തനങ്ങളിലും അദ്ദേഹം ആവേശപുരസ്സരം മുഴുകുന്നതാണെന്നു സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെ പ്രതീക്ഷിക്കപ്പെട്ടു. വേഗംതന്നെ ഈ താല്ക്കാലികക്കമ്മിററി ഒരു സ്ഥിരസംഘടനയായിത്തീരുമെന്നും, അദ്ദേഹത്തിൻെറ കഴിവേറിയ നേതൃത്വത്തിൽ വളരെമുമ്പേ വരേണ്ടിയിരുന്ന ഈ പരിഷ്കാരം അടിപതറാതെ പുരോഗമിക്കുമെന്നും പ്രതീക്ഷിക്കാം.

സെക്രട്ടറി ശ്രീ. മിർച്ചന്ദാനി എന്നോടു നിർദ്ദേശങ്ങളാവശ്യപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഇപ്പോഴെനിക്കു ആലോചിക്കാൻ കഴിയുന്ന ഒരേയൊരു നിർദ്ദേശം, ദത്തീ—ലത്തിക്കെതിരായി ഈ സംഘടന അപ്രതിരോധ്യമായ പൊതുജനാഭിപ്രായം സൃഷ്ടിക്കണമെന്നുള്ളതുമാത്രമാണ്. വിവാഹപ്രായമെത്തിയ പെൺകിടാങ്ങളുടെ പാവപ്പെട്ട മാതാപിതാക്കന്മാരെ പിഴിഞ്ഞെടുക്കാൻ അഭ്യസ്തവിദ്യരായ അമീൽയുവാക്കന്മാർക്കു കഴിയുന്നതു് ഈ ആചാരത്തിനെതിരായി സജീവമായ ഒരു പൊതുജനാഭിപ്രായം ഇല്ലാത്തതുമാത്രമാണ്. സ്കൂളുകളിലും കോളേജുകളിലും പെൺകിടാങ്ങളുടെ മാതാപിതാക്കളുടെയിടയിലും ജോലി ചെയ്യണം. പെൺകുട്ടികൾ വിവാഹത്തിനു വിലയാവശ്യപ്പെടുന്ന ഒരു ചെറുപ്പക്കാരനെ വിവാഹം ചെയ്യുവാൻ വിസമ്മതിക്കുകയും അവമാനകരമായ ആ വ്യവസ്ഥകൾക്കു വിധേയരാകുന്നതിനുപകരം നിത്യകന്യകമാരായി കഴിയാൻ തയ്യാറാകുകയും ചെയ്യണം. അതിനുതകുന്ന ശിക്ഷണം മാതാപിതാക്കൾ അവർക്കു നൽകണം. പരസ്പരസ്നേഹവും പരസ്പരസമ്മതവും മാത്രമാണു അഭിമാനകരമായ വിവാഹവ്യവസ്ഥകൾ.

3

'സ്വരാജ്' ഭീരുക്കൾക്കുവേണ്ടിയുള്ളതല്ല, നേരെമറിച്ച്, മന്ദഹസിച്ചുകൊണ്ടു കൊലമരത്തിലേക്കു കയറുകയും കണ്ണുകൾ കെട്ടുന്നതിനുപോലും വിസമ്മതിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവർക്കുള്ളതാണ്. നിങ്ങൾ ദത്തീ—ലത്തിയാകുന്ന കളങ്കം തുടച്ചുകളയുമെന്നും നിങ്ങളുടെ സഹോദരിമാർക്കും ഭാര്യമാർക്കും അവരുടേതായിരുന്ന പരിപൂർണ്ണമായ അന്തസ്സും സ്വാതന്ത്ര്യവും പുനർലബ്ധമാകുന്നതിനുവേണ്ടി മരിക്കുമെന്നും പ്രതിജ്ഞ ചെയ്യുക. അപ്പോൾ, നിങ്ങളുടെ നാടിന്റെ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനുള്ള അർഹത നിങ്ങൾക്കുണ്ടെന്ന് എനിക്കു മനസ്സിലാക്കാം. പെൺകുട്ടികളേ, നിങ്ങളോടു എനിക്കു പറവാനുള്ളതു് ഇത്രമാത്രമാണ്. എന്റെ രക്ഷയിൽ ഒരു പെൺകുട്ടിയുണ്ടായിരുന്നെങ്കിൽ, അവളെ ഭാര്യയായി സ്വീകരിക്കുന്നതിനു പ്രതിഫലമായി ഒരൊററ പൈസയെങ്കിലും കാംക്ഷിക്കുന്ന ഒരാളിനു് അവളെ നൽകുന്നതിനേക്കാൾ, ഒരു നിത്യകന്യകയായിരിക്കുവാൻ അവളോടു നിർദ്ദേശിക്കുകയായിരുന്നേനേ ഞാൻ ചെയ്യുക.

4

ഈ ആചാരം നിഷ്ഠുരണമാണെന്നുള്ളതിൽ സംശയമില്ല. എന്നാൽ എന്റെ അറിവിൽപ്പെട്ടിട്ടുള്ളിടത്തോളം, ഇതു സാധാരണ ജനലക്ഷങ്ങളെ സ്പർശിക്കുന്നതേയില്ല. ഈ ആചാരം ഇടത്തരക്കാർക്കിടയിൽ മാത്രമാണുള്ളതു്. അവരാകട്ടെ, ഇൻഡ്യൻജനതയാകുന്ന മഹാസമുദ്രത്തിൽ ഒരു തുള്ളി മാത്രമാണ്. അനാചാരങ്ങളെക്കുറിച്ചു സംസാരിക്കുമ്പോഴെല്ലാം, നാം സാധാരണമായി ഇടത്തരക്കാരെക്കുറിച്ചാണു ചിന്തിക്കുന്നതു്. ഗ്രാമാന്തരങ്ങളിൽ ജീവിക്കുന്ന ജനലക്ഷങ്ങൾക്കു് അവരുടേതായ ആചാരങ്ങളും സങ്കടങ്ങളുമുണ്ടു്; അവയെക്കുറിച്ചു നമുക്കുള്ള അറിവു് ഇനിയും തുച്ഛമാണ്.

ഈ രാജ്യത്തെ താരതമ്യേന ചെറുതെന്നു പറയാവുന്ന ഒരു ജനവിഭാഗത്തിനിടയിലേ പ്രചാരത്തിലുള്ള എന്ന കാരണത്താൽ നമുക്കു സ്ത്രീധനപ്പിശാചിനെ അവഗണിക്കാം എന്നു് ഇതിനർത്ഥമില്ല. ഈ സമ്പ്രദായം പോയേ ഒക്കൂ; വിവാഹം, പണത്തിനുവേണ്ടി മാതാപിതാക്കന്മാർ തമ്മിൽ ചെയ്യുന്ന ഒരു ഏർപ്പാടല്ലാതായിത്തീരണം. ഈ ആചാരം, ജാതിയുമായി ഗാഢമായി ബന്ധപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതാണ്. ഒരു പ്രത്യേക ജാതിയിൽപ്പെട്ട ഏതാനും ശതം യുവാക്കന്മാരിൽനിന്നോ യുവതികളിൽ നിന്നോ മാത്രമേ വധൂവരന്മാരെ തെരഞ്ഞെടുക്കാവൂ എന്ന നിയന്ത്രണം ഉള്ളേടത്തോളംകാലം, ഈ ആചാരം. അതിനെതിരായി എന്തെല്ലാം പറഞ്ഞാലും, നിലനിൽക്കുകതന്നെ ചെയ്യും. ഈ ദുർന്നടപടിയെ ഉന്മൂലനം ചെയ്യണമെങ്കിൽ യുവതികളോ യുവാക്കന്മാരോ, അവരുടെ മാതാപിതാക്കളോ ജാതിയുടെ കെട്ടു പൊട്ടിച്ചേ ഒക്കൂ.

3. യങ് ഇൻഡ്യ 14–2–1929 (To the Students, p.156)
4. ഹരിജൻ, 23–5–'35 (To the Students, pp.219—220)

....അതിനുംപുറമെ വിവാഹപ്രായവും ഉയർത്തണം. വേണ്ടിവന്നാൽ, അതായതു് അനുരൂപനായ വരനെ കിട്ടുന്നില്ലെങ്കിൽ, യുവതികൾ നിത്യകന്യകമാരായി കഴിയാനും തയ്യാറാകണം.

....രാജ്യത്തിലെ യുവജനങ്ങളുടെ വീക്ഷണഗതിയെ വിപ്ലവകരമാക്കുന്ന രീതിയിലുള്ള വിദ്യാഭ്യാസം വേണമെന്നാണു് ഇതിന്റെയെല്ലാം അർത്ഥം. നിർഭാഗ്യവശാൽ, നമ്മുടെ വിദ്യാഭ്യാസരീതിക്കു നമ്മുടെ ചുററുപാടുകളുമായി യാതൊരു ബന്ധവുമില്ല. അതിനാൽ ഈ രാഷ്ട്രത്തിലെ വളരെ ലഘുവായൊരു ന്യൂനപക്ഷം ബാലികാബാലന്മാർക്കു ലഭിക്കുന്ന വിദ്യാഭ്യാസം പ്രായോഗികമായി നമ്മുടെ ചുററുപാടുകളെ സ്പർശിക്കുന്നേയില്ല. അതിനാൽ ഈ അനാചാരത്തിന്റെ ശക്തി കുറയ്ക്കുവാൻ എന്തെല്ലാം ചെയ്യുവാൻ കഴിയുമോ അതെല്ലാം ചെയ്യണം. അതേസമയം, നമ്മുടെ രാജ്യത്തു ത്വരിതഗതിയിൽ മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ചുററുപാടുകൾക്കനുസൃതമായ ഒരു വിദ്യാഭ്യാസരീതിയുണ്ടായാലേ ഈ അനാചാരവും എടുത്തുപറയാവുന്ന മററുപല അനാചാരങ്ങളും പരിഹരിക്കാൻ കഴിയൂ എന്നെനിക്കു വ്യക്തമായി കാണാൻ കഴിയുന്നുണ്ടു്. വിവാഹം ഭാവിയെ ഗാഢമായി സ്പർശിക്കുന്നു. അത്രതന്നെ സാരമായി തങ്ങളുടെ ഭാവിയെ ബാധിക്കുന്ന ഈ സ്പഷ്ടമായ ദുരാചാരത്തെ എതിർക്കുവാൻ കോളേജുവിദ്യാഭ്യാസംപോലും ലഭിച്ചിട്ടുള്ള ഇത്രയധികം യുവതീയുവാക്കന്മാർ കഴിവില്ലാത്തവരോ മനസ്സില്ലാത്തവരോ ആയി കാണപ്പെടുന്നതിന്റെ കാരണമെന്താണു്? തങ്ങൾക്കു പൊരുത്തപ്പെടാൻ കഴിയുകയില്ലെന്നു കാണുമ്പോൾ, അഭ്യസ്തവിദ്യരായ യുവതികൾ എന്തിനു് ആത്മഹത്യ ചെയ്യണം? അവർക്കു ലഭിക്കുന്ന വിദ്യാഭ്യാസം, അവരുടെ ധാർമ്മിക ബോധത്തിനു നിരക്കാത്തതും തികച്ചും അസാധുവുമായ ഒരു അനാചാരത്തെ ധിക്കരിക്കുന്നതിനു് അവരെ പ്രാപ്തരാക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ അതിനു് എന്തു വിലയാണുള്ളതു്? മറുപടി വ്യക്തമാണു്. സാമൂഹ്യമോ മററുതരത്തിലുള്ളതോ ആയ തിന്മകൾക്കെതിരായി സമരംചെയ്യുവാൻ യുവതീയുവാക്കന്മാരെ സജ്ജരാക്കുന്നതിൽ പരാജയപ്പെടുന്ന വിദ്യാഭ്യാസസമ്പ്രദായത്തിൽ മൗലികമായിത്തന്നെ എന്തോ കുഴപ്പമുണ്ടു്. ജീവിതത്തിന്റെ എല്ലാ തുറകളിലുമുള്ള പ്രശ്നങ്ങൾ ശരിയായ വിധത്തിൽ പരിഹരിക്കുവാൻ വിദ്യാർത്ഥികളെ പ്രാപ്തരാക്കത്തക്കവണ്ണം അവരുടെ കഴിവുകളെ വികസിപ്പിക്കുന്ന വിദ്യാഭ്യാസം മാത്രമാണു വിലയുള്ളതു്.

5

ബംഗാളിൽനിന്നുള്ള ആ പിതാവിന്റേതു*പോലെയുള്ള ഒരു കാര്യത്തിൽ ചെയ്യാവുന്ന ഉത്തമമായ സഹായം ആവശ്യമായ തുക

5. ഹരിജൻ, 25–7–36(Women, p. 62)

* തന്റെ മകളുടെ വിവാഹത്തിനാവശ്യമായ സ്ത്രീധനത്തുക ശേഖരിക്കുവാൻ സഹായമഭ്യർത്ഥിച്ചുകൊണ്ടു ബംഗാളിൽനിന്നു് ഒരു പിതാവു് മഹാത്മജിക്കെഴുതുകയുണ്ടായി.

കടമായിട്ടോ ദാനമായിട്ടോ നൽകുകയെന്നതല്ല. നേരെമറിച്ചു തൻെറ മകാംക്കു ഒരു വരനെ വിലകൊടുത്തു വാങ്ങാൻ കൂട്ടാക്കാതിരിക്കുവാനും പണത്തിനുവേണ്ടിയല്ലാതെ സ്നേഹത്തിനുവേണ്ടി അവളെ വിവാഹം കഴിക്കാൻ ഒരുക്കമുള്ള ഒരാളെ തെരഞ്ഞെടുക്കുകയോ തെരഞ്ഞെടുക്കാൻ അവളെ അനുവദിക്കുകയോ ചെയ്യുവാനും ആവശ്യമായ പ്രേരണയും ശക്തിയും ആ പിതാവിനു നൽകുകയെന്നതായിരിക്കണം ആ സഹായം. തെരഞ്ഞെടുപ്പുരംഗം, സ്വമനസ്സാലെ വ്യാപകമാക്കുകയെന്നാണു ഇതിൻെറയത്ഥം. ജാതിയുടേയും സംസ്ഥാനത്തിൻെറയും ഇരട്ടമതിൽ ഭേദിക്കണം. ഇൻഡ്യ ഏകവും അവിഭാജ്യവുമാണെങ്കിൽ, മിശ്രഭോജനത്തിനോ മിശ്രവിവാഹത്തിനോ തയാറില്ലാത്ത അസംഖ്യം കൊച്ചുകൊച്ചു ഘടകങ്ങളെ സൃഷ്ടിക്കുന്ന കൃത്രിമമായ വിഭജനം ഒരിക്കലും ഉണ്ടായിരിക്കാൻ പാടില്ല. ക്രൂരമായ ഈ ആചാരത്തിൽ മതമില്ല. വ്യക്തികാംക്കു മുൻകൈ എടുക്കാൻ കഴിയുകയില്ലെന്നും സമുദായമൊട്ടാകെ പരിവർത്തനത്തിനു പാകമാകുന്നതുവരെ അവർ കാത്തിരിക്കണമെന്നും വാദിച്ചതുകൊണ്ടു കാര്യമില്ല. മനുഷ്യോചിതമല്ലാത്ത ആചാരങ്ങളേയും നടപടികളേയും തകർത്തിട്ടുള്ള ധൈര്യശാലികളായ വ്യക്തികാം വഴിക്കല്ലാതെ ഒരിക്കലും ഒരു പരിഷ്കാരവും നടന്നിട്ടില്ല. വിവാഹം നിസ്സംശയമായും ഒരു വിശിഷ്ടപദവിയോ വിശുദ്ധകർമമോ ആണു. അങ്ങനെയല്ലാതെ ഒരു കൊടുക്കൽവാങ്ങൽ ഇടപാടായി വിവാഹത്തെ കണക്കാക്കാൻ ആ സ്ത്രീംമാസ്റ്ററും അദ്ദേഹത്തിൻെറ പെണ്മക്കളും ഭാവമില്ലെങ്കിൽ അദ്ദേഹത്തിനു അങ്ങേയററം എന്തുകഷ്ടപ്പാടാണു അനുഭവിക്കേണ്ടിവരിക? അതിനാൽ കടംവാങ്ങുകയോ യാചിക്കുകയോ ചെയ്കയെന്നുള്ള ആശയം ധൈര്യസമേതംഉപേക്ഷിക്കാനും തൻെറ 'ലൈഫു് പോളിസി'യിന്മേൽ ശേഖരിക്കാൻകഴിയുന്ന നാന്നൂററുപ്പിക ചെലവഴിക്കാതിരിക്കാനും തൻെറ പുത്രിയുമായിട്ടാലോചിച്ചു ഏതു ജാതിയിലോ സംസ്ഥാനത്തിലോ പെട്ടയാളായിരുന്നാലും അവാംക്കു സർവാത്മനാ യോജിച്ചഒരു ഭർത്താവിനെ തെരഞ്ഞെടുക്കുവാനും ഞാൻ എൻെറ ലേഖകനെ ഉപദേശിക്കുന്നു.

6

....ഒരു പെൺകിടാവിനെ വിവാഹം കഴിക്കുന്നതിനു ഒരു വില വസൂൽചെയ്യുന്നതായുള്ള കൃപണതയെ, വ്യക്തമായ ഒരയോഗ്യതയായി പരിഗണിക്കാത്തതു നമ്മുടെ നിർഭാഗ്യംതന്നെ. ഇംഗ്ലീഷു കോളേജുവിദ്യാഭ്യാസത്തിനു തികച്ചും കൃത്രിമമായ ഒരു വില കല്പിക്കപ്പെടുന്നു. അസംഖ്യം പാപങ്ങാം അതിൽ അന്തർഭവിച്ചിരിക്കുന്നു. പെൺകുട്ടികളുടെ ഭാഗത്തുനിന്നു വരുന്ന വിവാഹാലോചനകാം സ്വീകരിക്കാൻ ഒരു വിലയാവശ്യപ്പെടുന്ന അഭ്യസ്തവിദ്യരായ യുവാക്കളുള്ള സമുദായങ്ങളിൽ 'ഗുണ'*ത്തിൻെറ നിർവചനം

6. ഹരിജൻ 5-9—'36 (To the Students, p. 223)
* വരൻെറ യോഗ്യതകളാണു ഇവിടെ സൂചിപ്പിക്കുന്നതു.

ഇന്നത്തേക്കാൾ കുറേക്കൂടി സയുക്തികമായിരുന്നെങ്കിൽ, പെൺകുട്ടികൾക്ക യോജിച്ച വരന്മാരെ തെരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിലുള്ള വിഷമം മുഴുവനും നീങ്ങിയില്ലെങ്കിലും, വളരെ കുറയുമായിരുന്നു. അതിനാൽ തികച്ചും ദോഷകരമായ ജാതിമതിലുകളെ തട്ടിയുടയ്ക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത എനിക്ക് ഊന്നിപ്പറയേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ആ മതിലുകൾ തകർന്നാൽ വരന്മാരുടെ തെരഞ്ഞെടുപ്പിനുള്ള പരിധി വിസ്തൃതമാകുകയും അങ്ങനെ പണം ചോർത്തിയെടുക്കുന്നതിനെ കാര്യമായി തടയുകയും ചെയ്യുമെന്ന് ഞാൻ ഉറപ്പിച്ചു പറയുന്നു.

7

....സ്കൂളുകളിൽനിന്നും കോളേജുകളിൽനിന്നും വെളിയിലിറങ്ങുന്ന ഉടനെ പെൺകിടാങ്ങളിൽ ബഹുഭൂരിപക്ഷം പേരും പൊതുരംഗത്തുനിന്ന് അപ്രത്യക്ഷരാകുന്നു....

ഓരോ പെൺകുട്ടിയും—ഇന്ത്യയിലെ ഓരോ പെൺകുട്ടിയും—ജനിക്കുന്നതു വിവാഹിതയാകുന്നതിനുവേണ്ടി മാത്രമല്ല. ഒരാളെ സേവിക്കുന്നതിനു പകരം പൊതുസേവനത്തിനായി ഇന്നു പല പെൺകിടാങ്ങളും ജീവിതം സ്വയം സമർപ്പിക്കുന്നതു എനിക്ക ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുവാൻ കഴിയും. ഹിന്ദുയുവതികൾ, പാർവതിയുടേയും സീതയുടേയും പുതിയ മാതൃകകൾ, കഴിയുമെങ്കിൽ ശ്ലാഘ്യമായ മാതൃകകൾ ആവിഷ്കരിക്കേണ്ട സമയം അതിക്രമിച്ചിരിക്കുന്നു.

വെറുക്കപ്പെടേണ്ട സ്ത്രീധനസമ്പ്രദായം ഇവിടെ നിലവിലുണ്ടെന്നും, തൽഫലമായി യുവതികൾക്ക യോജിച്ച ഭർത്താക്കന്മാരെ ലഭിക്കുവാൻ വളരെ വിഷമമുണ്ടാകുന്നുവെന്നും ഞാൻ മനസ്സിലാക്കുന്നു. പ്രായപൂർത്തിയായ പെൺകിടാങ്ങൾ—നിങ്ങളിൽ ചിലർ പ്രായപൂർത്തിയായവരാണ്"—അത്തരം എല്ലാ പ്രലോഭനങ്ങളെയും ചെറുത്തുനിൽക്കേണ്ടതാണ്. നിങ്ങൾക്ക് ഈ ദുരാചാരങ്ങളെ എതിർക്കണമെങ്കിൽ നിങ്ങളിൽ ചിലർ ജീവിതകാലത്തേക്കോ അഥവാ ഏതാനും വർഷത്തേക്കെങ്കിലുമോ അവിവാഹിതരായിരുന്നുവേണം അതു തുടങ്ങുവാൻ. അപ്പോൾ നിങ്ങൾക്ക വിവാഹിതരാകാനുള്ള സമയമാകുകയും ജീവിതത്തിൽ ഒരു പങ്കാളി വേണമെന്നു തോന്നുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ പണമോ, പ്രശസ്തിയോ, സൗന്ദര്യമോ ഉള്ള ആളിനുവേണ്ടി ദാഹം ഉണ്ടാവില്ല. നേരെമറിച്ചു പാർവതിയെപ്പോലെ നിങ്ങൾ സദ്സ്വഭാവത്തിനു നിദാനമായ നിസ്തുലഗുണങ്ങളെല്ലാം തികഞ്ഞ ഒരാളിനെ തേടും, ഭസ്മംപൂശിയ ഒരേഴയും വിരൂപനും ബ്രഹ്മചാരിയുമായിട്ടാണു ശിവനെ നാരദൻ പാർവതിയുടെ മുമ്പിൽ ചിത്രീകരിച്ചതെന്നു നിങ്ങൾക്കറിയാം. അപ്പോൾ പാർവതി പറഞ്ഞു. 'അതേ, അദ്ദേഹമാണ് എന്റെ ഭർത്താവാകുക.'

---

7. രാമനാഥൻ ഗേൾസ് കോളേജിൽ 29-11-'27-ൽ ചെയ്ത ഒരു പ്രസംഗത്തിൽനിന്ന്. (Gandhiji in Ceylon, pp. 146–149) (To the Students, pp. 130–131)

നിങ്ങൾക്കു ശിവൻെറ മാതൃകയിലുള്ളവരെ ധാരാളം കിട്ടിയെന്നു വരില്ല, നിങ്ങളും തപസ്സുചെയ്യാൻ ഒരുങ്ങിയില്ലെങ്കിൽ—പാർവതിയെപ്പോലെ ആയിരമായിരം വർഷങ്ങളിലേക്കല്ലെങ്കിലും അതു നമുക്കു്, ദുർബലരായ മനുഷ്യജീവികൾക്കു സാദ്ധ്യമല്ല. പക്ഷേ, നിങ്ങളുടെ ജീവിതകാലത്തെങ്കിലും അങ്ങനെ ചെയ്യുവാൻ നിങ്ങൾക്കു കഴിയും.

ഈ വ്യവസ്ഥകൾ സ്വീകരിക്കുകയാണെങ്കിൽ നിങ്ങൾ പാവകളുടെ രാജ്യത്തിലേക്കു് അപ്രത്യക്ഷരാകാൻ വിസമ്മതിക്കുകയും പാർവതി, ദമയന്തി, സീത, സാവിത്രി മുതലായ സതികളെപ്പോലെയാവാൻ ആഗ്രഹിക്കുകയും ചെയ്യും.

ഈശ്വരൻ നിങ്ങളിൽ ഈ അഭിലാഷം ഉജ്ജ്വലിപ്പിക്കട്ടെ! നിങ്ങൾ ഉത്സാഹിക്കുന്നുവെങ്കിൽ ഈ അഭിലാഷം കൈവരുത്തുന്നതിനു് അദ്ദേഹം നിങ്ങളെ സഹായിക്കുകയും ചെയ്യട്ടെ!

അദ്ധ്യായം ഏഴു്

വ്യയഹേതുകമായ വിവാഹച്ചടങ്ങുകൾ

1

ഹിന്ദുക്കളുടെയിടയിൽ വിവാഹം ഒരു നിസ്സാരകാര്യമല്ല. അതുമൂലം പലപ്പോഴും, വധുവിൻെറയും വരൻെറയും മാതാപിതാക്കൾ സ്വയം നശിക്കാറുണ്ടു്. അവർ തങ്ങളുടെ സമ്പത്തു നശിപ്പിക്കുന്നു; സമയം ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തുന്നു. ഒരുക്കങ്ങൾ—ഉടുപ്പുകളും ആഭരണങ്ങളുമുണ്ടാക്കുന്നതിനും സദ്യവട്ടങ്ങൾക്കുള്ള ആയവ്യക്കണക്കുകൾ തയാറാക്കുന്നതിനുമായി—മാസങ്ങൾ വേണ്ടിവരുന്നു. വിഭവങ്ങളുടെ എണ്ണത്തിലും വൈവിദ്ധ്യത്തിലും അപരനെ തോല്പിക്കുന്നതിനാണു് ഓരോരുത്തരുടെയും ശ്രമം. സ്ത്രീകൾ അവരുടെ ശാരീരം മധുരമാണെങ്കിലുമല്ലെങ്കിലും, പാടിത്തളരുകയും ചിലപ്പോൾ രോഗാധീനരാകുകയും അയൽക്കാരുടെ സ്വസ്ഥത ഭഞ്ജിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

2

....തീർച്ചയായും വിവാഹം ഒരു വിശുദ്ധകർമ്മമാണെന്നും അതിനു യാതൊരു ചെലവുമുണ്ടാകാൻ പാടില്ലെന്നും നിങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കണം. പണക്കാർ സദ്യകൾക്കും മേളത്തിനുമായി പണം ചെലവഴിക്കണമെന്നുള്ള ആഗ്രഹം നിയന്ത്രിക്കില്ലെങ്കിൽ, പാവപ്പെട്ടവർ, അവരെ അനുകരിക്കാനാഗ്രഹിക്കുകയും അങ്ങനെ ചെയ്തു കടത്തിൽ മുഴുകുകയും ചെയ്യും. നിങ്ങൾ ധീരരാണെങ്കിൽ, വിവാഹി

1. An Autobiograbhy, part 1, ch· iii
2. യങ്ങ് ഇൻഡ്യാ, 19–9–'29. ആഗ്രായിലെ കോളേജുവിദ്യാർത്ഥികളോടു ചെയ്ത ഒരു പ്രസംഗത്തിൽനിന്നു്. (To the Students, p. 165)

തരാകുന്നതിനു തയാറാകുമ്പോൾ ആവശ്യത്തിൽക്കവിഞ്ഞ എല്ലാ ചെലവുകളെയും ശക്തമായി എതിർക്കണം.

3

സേത്‌ലാൽച്ചന്ദ് എന്ന ധനികൻ തൻെറ പതിനാറു വയസ്സുള്ള പുത്രിയുടെ വിവാഹവേളയിൽ, ചെലവുകൾ തീരെച്ചുരുക്കിയെന്നും വിവാഹച്ചടങ്ങുകൾ മതപരവും അന്തസ്സുററതുമായ രീതിയിൽ നടത്തുകയുണ്ടായി എന്നും കേട്ടു. സാധാരണഗതിയിൽ ഇത്തരം ചടങ്ങുകൾ പ്രയോജനശൂന്യമായ ചെലവുകളോടെ അനവധിദിവസങ്ങൾ നീണ്ടുനിൽക്കുമ്പോൾ, ഈ വിവാഹച്ചടങ്ങ് ആകെ രണ്ടു മണിക്കൂറിൽ കൂടുതൽ എടുത്തില്ല എന്ന് എൻെറ മുമ്പിലിരിക്കുന്ന റിപ്പോർട്ടു വ്യക്തമാക്കുന്നു. പണ്ഡിതനായ ഒരു ബ്രാഹ്മണനാണു് ഈ വിവാഹച്ചടങ്ങു നടത്തിയതു്. അദ്ദേഹം വധൂവരന്മാർക്കു്, അവർ ഉരുവിടാനാവശ്യപ്പെട്ട മന്ത്രങ്ങളുടെ അർത്ഥം വ്യക്തിമാക്കിക്കൊടുത്തു. ഞാൻ സേത്‌ലാൽച്ചന്ദിനെയും എത്രയോ മുമ്പേ ആരംഭിക്കേണ്ടിയിരുന്ന ഈ പരിഷ്കാരത്തിനു മുൻകൈയെടുക്കാൻ സ്വഭർത്താവിനു സജീവമായ പിന്തുണ നൽകിയ അദ്ദേഹത്തിൻെറ ഭാര്യയേയും അഭിനന്ദിക്കുകയും പണക്കാരായ മററാളുകൾ അതിനെ ധാരാളമായി അനുകരിക്കുമെന്നു പ്രത്യാശിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. സേത് ലാൽച്ചന്ദും അദ്ദേഹത്തിൻെറ ഭാര്യയും ഖാദിയിൽ ഉറച്ച വിശ്വാസമുള്ളവരാണെന്നും വരനും വധുവും വിവാഹവേളയിൽ ഖാദിവസ്ത്രങ്ങളാണു ധരിച്ചിരുന്നതെന്നും സ്വതേതന്നെ അവർ വിശ്വാസപൂർവം ഖാദി ധരിക്കുന്നവരാണെന്നും അറിയുന്നതു ഖാദിപ്രേമികൾക്കു സന്തോഷകരമായിരിക്കും....മതപരമായി വിവാഹച്ചടങ്ങു നിർവഹിക്കുന്നതിനു പത്തുറുപ്പികയിൽ കൂടുതൽ ആവശ്യമില്ല. ആ കർമ്മത്തിൽ കൂടുതലായൊന്നും വിവാഹച്ചടങ്ങിനാവശ്യമായി പരിഗണിക്കേണ്ടതുമില്ല. ധനികനും ദരിദ്രനും, ഉയർന്നവനും താഴ്ന്നവനും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം ഇല്ലായ്മ ചെയ്യുവാൻ ശ്രമിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഈ ജനാധിപത്യയുഗത്തിൽ തങ്ങളുടെ സുഖഭോഗാനുഭവങ്ങളിൽ ആത്മനിയന്ത്രണം പ്രകടിപ്പിച്ചുകൊണ്ടു്, ദരിദ്രരെ സംതൃപ്തമായ ഒരു ജീവിതത്തിലേക്കു നയിക്കേണ്ടതു ധനികരാണു്. ഭഗവത്ഗീതയിലെ ഈ ശ്ലോകം അവർ സ്മരിക്കട്ടെ:

'യദ്യദാചരതി ശ്രേഷ്ഠസ്തത്തദേവേതരോ ജനഃ
സയത്പ്രമാണം കുരുതേ, ലോകസ്തദനുവർത്തതേ.'*

ഈ പ്രസ്താവനയുടെ യാഥാർത്ഥ്യം, ദിനംപ്രതി നമ്മുടെ അനുഭവങ്ങളിൽ നാം പരീക്ഷിച്ചു കാണുന്നുണ്ടു്; വിവാഹാഘോഷങ്ങ

3. യങ് ഇൻഡ്യാ, 29–9–1929 (Women, pp. 58—59)

* ഏതേതാണോ ശ്രേഷ്ഠൻ ആചരിക്കുന്നതു്, അതുതന്നെ അന്യജനങ്ങളും ആചരിക്കുന്നു. ആയാൾ ഏതൊന്നു് പ്രമാണമാക്കുന്നുവോ അതു് ലോകവും അനുവർത്തിക്കുന്നു.

ട്ടിലും മരണം സംബന്ധിച്ച ചടങ്ങുകളിലുമെന്നതുപോലെ മററെ ങ്ങും അതു് ഇത്ര വ്യക്തമായി കാണാൻകഴിയുകയില്ല. ഈ ആവശ്യ ത്തിനുവേണ്ടി ആയിരക്കണക്കിനു പാവപ്പെട്ടവർ, തങ്ങളുടെ ജീവി താവശ്യങ്ങൾ ഉപേക്ഷിക്കുകയും, നാശകരമായ പലിശനിരക്കോടു കൂടിയ ഋണഭാരം പേറുകയും ചെയ്യുന്നു. നാട്ടിലെ അഭ്യസ്തവിദ്യ രായ ചെറുപ്പക്കാർ, പ്രത്യേകിച്ച്, ധനികരായ പിതാക്കളുടെ സ ന്താനങ്ങൾ അവർ നിമിത്തമുണ്ടാകുന്ന പ്രയോജനശൂന്യമായ എല്ലാ ത്തരം ചെലവുകൾക്കുമെതിരായി ഉറച്ച നിലപാടെടുക്കുകയാണെ ങ്കിൽ ദേശീയസമ്പത്തിൻെറ ഈ പാഴ്ച്ചെലവ് എളുപ്പം നി റുത്താം.

4

ആശ്രമത്തിൽനിന്നുള്ള സഹായത്തോടുകൂടി വിവാഹം കഴിക്ക നാഗ്രഹിക്കുന്നവർ ഏററവും ലളിതമായ മതച്ചടങ്ങുകൾകൊണ്ടു സംതൃപ്തരാകണം. സദ്യകളില്ല; വെളിയിൽനിന്നു അതിഥികൾ ക്ഷണിക്കപ്പെടുകയില്ല; വാദ്യഘോഷങ്ങളുമുണ്ടാകയില്ല. വധുവും വരനും കൈകൊണ്ടു നൂററ, കൈകൊണ്ടു നെയ്ത ഖാദിവസ്ത്രങ്ങൾ ധരിക്കണം. സ്വർണത്തിലോ വെള്ളിയിലോ ഉള്ള യാതൊരാഭര ണങ്ങളുമുണ്ടാകയില്ല. വിവാഹനിശ്ചയം എന്നൊന്നില്ല; കുറച്ചു വസ്ത്രങ്ങളും ഒരു ചർക്കയുമൊഴിച്ചു എന്തെങ്കിലും സ്ത്രീധനവും ഉണ്ടാ യിരിക്കില്ലാ; ആ ചടങ്ങിനു പത്തുരൂപയിലധികം ചെലവോ ഒരു മണിക്കൂറിലധികം സമയമോ ആവശ്യമുണ്ടാകയില്ല. വധൂവര ന്മാർ തങ്ങളുടെ മാതൃഭാഷയിൽ സപ്തപദിയിലെ മന്ത്രങ്ങളുരുവി ടും. അവയുടെ താത്പര്യം അവർക്കു മുമ്പു തന്നെ വിവരിച്ചു കൊടു ത്തിരിക്കും. വിവാഹത്തിനായി നിശ്ചയിച്ചിരിക്കുന്ന ദിവസം വിവാഹച്ചടങ്ങിനു മുമ്പായി, വധൂവരന്മാർ ഉപവസിക്കുകയും വൃക്ഷങ്ങൾ നനയ്ക്കുകയും പശുത്തൊഴുത്തും ആശ്രമവും നന്നായി വൃത്തിയാക്കുകയും ഗീത വായിക്കുകയും ചെയ്യും. കന്യാദാനം ചെ യ്യുന്നവരും, ദാനകർമ്മം നടക്കുന്നതുവരെ ഉപവസിക്കും.

4. Ashram Observances in Action (1932), pp. 56–57

രണ്ടു്

പുരുഷനും ഭാര്യയും

പീഠിക

1

ഭാര്യ, ഭർത്താവിന്റെ ദാസിയല്ല. നേരെമറിച്ചു്, അവന്റെ സഖിയും സഹായിയും, അവന്റെ എല്ലാ സന്തോഷങ്ങളിലും സന്താപങ്ങളിലും തുല്യപങ്കാളിയും, തന്റേതായ മാർഗം തെരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിൽ ഭർത്താവിനെപ്പോലെ സ്വാതന്ത്ര്യമാകുന്നു.[1]

2

പുരുഷൻ സ്വയം ഉത്തരവാദിയായിത്തീൎന്നിട്ടുള്ള ദുഷ്കൃതങ്ങൾ അനവധിയുണ്ടു്; അവയിലൊന്നുംതന്നെ മനുഷ്യവർഗത്തിന്റെ ഉത്തമാർദ്ധത്തോടു്—അതായതു സ്ത്രീവർഗത്തോടു്, അബലാവർഗത്തോടല്ല—അവർ കാണിച്ചിട്ടുള്ള നിന്ദപോലെ അപമാനകരവും വീർപ്പുമുട്ടിക്കുന്നതും മൃഗീയവുമായി എനിക്കു തോന്നിയിട്ടില്ല. ഈ രണ്ടു വർഗത്തിൽ കൂടുതൽ ശ്രേഷ്ഠം സ്ത്രീവർഗമാണു്. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ ഇന്നും ത്യാഗത്തിന്റെയും നിശ്ശബ്ദസഹനത്തിന്റെയും എളിമയുടെയും വിശ്വാസത്തിന്റെയും വിജ്ഞാനത്തിന്റെയും പ്രതീകമാണതു്.[2]

3

നിങ്ങൾ ഭാര്യയുടെ അന്തസ്സു സംരക്ഷിക്കുകയും അവളുടെ യജമാനനാകുന്നതിനു പകരം വിശ്വസ്തസുഹൃത്താകുകയും ചെയ്യുക. നിങ്ങളുടെ ശരീരത്തേയും ആത്മാവിനേയും അവൾ വിശുദ്ധമായി കരുതുന്നുവെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. അത്രതന്നെ വിശുദ്ധമായി നിങ്ങൾ അവളുടെ ശരീരത്തേയും ആത്മാവിനെയും കരുതുക. ആ ലക്ഷ്യസാദ്ധ്യത്തിനു നിങ്ങൾ പ്രാർത്ഥനാനിർഭരമായ അദ്ധ്വാനത്തിന്റെയും ലാളിത്യത്തിന്റെയും ആത്മനിയന്ത്രണത്തിന്റെയും ഒരു ജീവിതം നയിക്കണം. നിങ്ങളിരുവരിൽ ആരും മറ്റെയാളിനെ കാമപൂർത്തിക്കുള്ള വസ്തുവായി കരുതരുതു്.[3]

---

1. The Mind of Mahatma Gandhi p. 124
2. യങ്ങ് ഇൻഡ്യാ, 15–9–'21 (The Mind of Mahatma Gandhi p. 130)
3. യങ്ങ് ഇൻഡ്യാ, 2–2–1928 (The Mind of Mahatma Gandhi p. 124)

4

പുരുഷന്റെ കാമപൂർത്തിക്കുള്ള ഒരു വസ്തുവായി സ്വയം പരിണമിക്കുന്നതിൽനിന്നു സ്ത്രീകൾ വിരമിക്കണം. പ്രതിവിധി പുരുഷന്റേതിനെക്കാൾ സ്ത്രീയുടെ ഹസ്തങ്ങളിലാണ് സ്ഥിതിചെയ്യുന്നതു്. തനിക്കു പുരുഷനു തുല്യമായ പങ്കാളിയാകണമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ, സ്വഭർത്താവുൾപ്പെടെയുള്ള പുരുഷന്മാർക്കുവേണ്ടി അണിഞ്ഞൊരുങ്ങുന്നതിനു് അവൾ വിസമ്മതിക്കണം. ശാരീരികവശ്യതയാൽ രാമനെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുന്നതിനു സീത ഒരു നിമിഷംപോലും ചെലവഴിച്ചതായി എനിക്കു് ഊഹിക്കാൻ കഴിയുകയില്ല.

5

കാമസംതൃപ്തിക്കായുള്ള ലൈംഗികസംയോഗം, മൃഗങ്ങളുടെ നിലയിലേക്കു മടങ്ങിപ്പോകലാണു്; അതിനാൽ അതിനപ്പുറം ഉയരുവാനായിരിക്കണം പുരുഷന്റെ ശ്രമം. എന്നാൽ ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാർ തമ്മിലുള്ള ബന്ധത്തിൽ, അങ്ങനെ ചെയ്യുവാൻ സാധിക്കാതെ വരുന്നതു് ഒരു പാപമായിട്ടോ, ആക്ഷേപഹേതുവായിട്ടോ കരുതാൻ കഴിയില്ല. ഈ ലോകത്തിൽ ദശലക്ഷക്കണക്കിനാളുകൾ തങ്ങളുടെ രസനേന്ദ്രിയത്തെ സംതൃപ്തമാക്കാൻവേണ്ടി ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നവരാണു്. അതുപോലെ ദശലക്ഷക്കണക്കിനു ഭർത്താക്കന്മാരും ഭാര്യമാരും തങ്ങളുടെ കാമസംതൃപ്തിക്കുവേണ്ടി ലൈംഗികസംയോഗത്തിലേർപ്പെടുന്നു; അവർ അങ്ങനെതന്നെ ഇനിയും ചെയ്യും. എണ്ണമററ രോഗങ്ങളുടെ രൂപത്തിൽ അലംഘനീയമായ പിഴ അവർ അടയ്ക്കേണ്ടിയുംവരും. തന്റെ ആജ്ഞ ലംഘിക്കുന്നവർക്കെല്ലാം പ്രകൃതി നല്കുന്ന ശിക്ഷയാണല്ലോ അതു്.

ലൈംഗികാഭിനിവേശം ഉത്തമവും മഹനീയവുമായ ഒരു കാര്യമാണു്. അതിൽ ലജ്ജിക്കത്തക്കതായി ഒന്നുമില്ല. എന്നാൽ സൃഷ്ടികർമ്മത്തിനുവേണ്ടിമാത്രമാണു് അതു ഉദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതു്. അതിന്റെ മറേറതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള ഉപയോഗം ഈശ്വരനോടും മനുഷ്യവർഗത്തിനോടും ചെയ്യുന്ന ഒരു പാപമാണു്.

അദ്ധ്യായം ഒന്നു്

അവരുടെ സാമാന്യ ബന്ധങ്ങൾ

എ. സ്ത്രീപുരുഷസമത്വം

1

അവരിരുവരും (പുരുഷനും സ്ത്രീയും) ഒരേ ജീവിതം നയിക്കുന്നു; അവർക്കു് ഒരേ വികാരങ്ങളാണുള്ളതു്. ഒരാൾ മറേറ ആളിനു പൂരക

4. യങ്ങ് ഇൻഡ്യാ, 21–7–'21 (The Mind of Mahatma Gandhi p. 130)
5. ഹരിജൻ, 5–6–1937 (Women, pp. 65–66)
1. ഹരിജൻ 24–2–'40 (Sarvodaya, pp. 59–61 and Women p. 17)

മാണ്. ഒരാറംക്ക മറേറയാളിൻെറ സജീവ സഹായം കൂടാതെ ജീവിക്കുവാൻ കഴിയുകയില്ല.

എന്നാൽ യുഗങ്ങളായി എങ്ങനെയോ പുരുഷൻ സ്ത്രീയുടെ മേൽ ആധിപത്യം നേടിയിട്ടുണ്ട്. അങ്ങനെ സ്ത്രീയിൽ ഒരു അപകർഷബോധം വളർന്നുവന്നിരിക്കുന്നു. സ്ത്രീ പുരുഷനേക്കാറം താഴ്ന്നവളാണെന്ന സ്വാർത്ഥലക്ഷ്യത്തോടുകൂടിയ അവൻെറ ബോധനം ശരിയാണെന്നു് അവറം വിശ്വസിച്ചു. എന്നാൽ പുരുഷന്മാരുടെ ഇടയ്ക്കുള്ള ജ്ഞാനികറം അവരുടെ തുല്യപദവി അംഗീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്.

എങ്കിലും ഏതോ ഒരു ബിന്ദുവിൽനിന്നു് ഒരു വിഭജനം ഉണ്ടെന്നുള്ളതിൽ സംശയമില്ല. ഇരുവരും അടിസ്ഥാനപരമായി ഒന്നുതന്നെയായിരിക്കുന്നതോടൊപ്പം, ആകൃതിയിൽ ഇരുവരും തമ്മിൽ അടിസ്ഥാനപരമായ വ്യത്യാസമുണ്ടെന്നതും സത്യമാണ്. അതിനാൽ, അവരിരുവരുടെയും ജീവിതവൃത്തികളും വ്യത്യസ്തമായിരിക്കണം. ബഹുഭൂരിപക്ഷം സ്ത്രീകളും എപ്പോഴും ഏറെറടുക്കുന്ന മാതൃത്വധർമത്തിനു് പുരുഷനു് ആവശ്യമുണ്ടെന്നില്ലാത്തതായ യോഗ്യതകറം ഉണ്ടായിരിക്കണം. അവറം സഹനശീലയും അവൻ കർമവ്യഗ്രനുമാണ്. അവറം മുഖ്യമായി ഭവനത്തിൻെറ നായികയാണ്. അവനാണ് ജീവികാസമ്പാദകൻ അവളതു സൂക്ഷിക്കുകയും വിതരണം ചെയ്കയും ചെയ്യുന്നു. അവറം എല്ലാ അർത്ഥത്തിലും ഒരു പരിരക്ഷകയാണ്. മനുഷ്യവർഗത്തിലെ ശിശുക്കളെ വളർത്തിക്കൊണ്ടുവരുന്ന കല, അവളുടെ മാത്രമായ സവിശേഷാധികാരമാണ്. അവളുടെ ശ്രദ്ധയില്ലാതായിത്തീരുമ്പോറം മനുഷ്യവർഗം നാമാവശേഷമാവുകതന്നെ ചെയ്യും.

അടുക്കള ഉപേക്ഷിച്ചു വെളിയിൽ വരുവാൻ സ്ത്രീകളെ ആഹ്വാനം ചെയ്യുകയോ പ്രേരിപ്പിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നതു് സ്ത്രീക്കും പുരുഷനും ഒരുപോലെ അവമാനകരമാണെന്നാണ് എൻെറ അഭിപ്രായം. അതു് കിരാതാവസ്ഥയിലേക്കുള്ള മടക്കവും അന്ത്യത്തിൻെറ ആരംഭവുമാണ്. പുരുഷൻ സവാരി ചെയ്യുന്ന കുതിരപ്പുറത്തു സവാരി ചെയ്യാൻ ശ്രമിക്കുന്നതുകൊണ്ടു്, അവറം, തന്നെയും അവനെയും താഴെപ്പതിപ്പിക്കുന്നു. തൻെറ സഖിയെ അവളുടേതായ വൃത്തിയുപേക്ഷിക്കാൻ പ്രലോഭിപ്പിക്കുകയോ നിർബന്ധിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നതിൻെറ പാപം പുരുഷൻെറ ശിരസ്സിലായിരിക്കും. തൻെറ ഭവനം നല്ല അടുക്കിലും ചിട്ടയിലും സംരക്ഷിക്കുന്നതിൽ അതിനെ ബാഹ്യമായ ഒരാക്രമണത്തിൽനിന്നു സംരക്ഷിക്കുന്നതിലുള്ളത്രതന്നെ ധീരതയുണ്ട്.

ലക്ഷക്കണക്കിനു കൃഷിക്കാരെ അവരുടെ പ്രകൃതിസിദ്ധമായ ചുററുപാടുകളിൽ ഞാൻ വീക്ഷിച്ചപ്പോഴും, എല്ലാ ദിവസവും അവരെ ഞാൻ കൊച്ചുസെഗാവിൽ വീക്ഷിച്ചപ്പോറം, പ്രവൃത്തിമണ്ഡലങ്ങളുടെ സ്വാഭാവികമായ വിഭജനം എൻെറ ദൃഷ്ടിയിൽ പെടുകയുണ്ടായി. സ്ത്രീകളിൽ ഇരുമ്പുപണിക്കാരോ, മരപ്പണിക്കാരോ ഇല്ല.

എന്നാൽ പാടങ്ങളിലാകട്ടെ, സ്ത്രീകളും പുരുഷന്മാരും ജോലിയെടുക്കുന്നു; ഏററവും ഭാരക്കൂടുതലുള്ള ജോലി പുരുഷന്മാർ ചെയ്യുന്നു. സ്ത്രീകൾ വീടു സൂക്ഷിക്കുകയും വീട്ടുകാര്യങ്ങൾ നടത്തുകയും ചെയ്യുന്നു. കുടുംബത്തിന്റെ നിസ്സാരമായ വരവിൽ ഒരംശം അവരും ഉണ്ടാക്കുന്നു. എന്നാൽ പ്രധാന ജീവികാസമ്പാദകൻ പുരുഷൻതന്നെയാണു്.

പ്രവർത്തനമണ്ഡലങ്ങളുടെ വിഭജനം അംഗീകൃതമായിക്കഴിഞ്ഞാൽ, ഇരുവർഗക്കാർക്കുമാവശ്യമായ പൊതുഗുണങ്ങളും സംസ്കാരവും ഏതാണ്ടൊന്നുതന്നെയാണു്.

മഹത്തായ ഈ പ്രശ്നത്തിൽ എന്റെ സംഭാവന, എല്ലാ ജീവിതവൃത്തികളിലും, അതു വ്യക്തികളുടെ കാര്യത്തിലായാലും രാഷ്ട്രങ്ങളുടെ കാര്യത്തിലായാലും, സത്യവും അഹിംസയും അവരുടെ അംഗീകാരത്തിനായി ഞാൻ സമർപ്പിക്കുന്നുവെന്നതാണു്, ഇതിനു അനിഷേധ്യ നേതൃത്വം സ്ത്രീകൾക്കായിരിക്കുമെന്നും, അങ്ങനെ മനുഷ്യന്റെ വികാസത്തിൽ തങ്ങളുടേതായ സ്ഥാനം ലഭിച്ചുകഴിയുമ്പോൾ, അവൾ ആ അപകർഷബോധം ഉപേക്ഷിക്കുമെന്നുമുള്ള പ്രതീക്ഷയെ ഞാൻ മുറുകെ പിടിച്ചിട്ടുണ്ടു്. ഇതു വിജയപൂർവം നിർവഹിക്കുന്നതിനു് അവർക്കു കഴിയുന്നപക്ഷം, എല്ലാം തീരുമാനിക്കപ്പെടുകയും നിയന്ത്രിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നതു് ലൈംഗികപ്രേരണയാലാണെന്നുള്ള ആധുനിക ബോധനത്തിൽ വിശ്വസിക്കുവാൻ അവർ ധീരതയോടെ വിസമ്മതിക്കണം. ഈ ആശയം അല്പം അസുന്ദരമായിട്ടാണോ ഞാൻ സമർപ്പിച്ചതെന്നു് എനിക്കു ഭയമുണ്ടു്. എന്നാൽ എന്റെ ആശയം വ്യക്തമായിട്ടുണ്ടെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു. സമരങ്ങളിൽ സജീവമായി പങ്കെടുക്കുന്ന ദശലക്ഷക്കണക്കിനു പുരുഷന്മാർ, ലൈംഗികഭൂതത്താൽ പീഡിപ്പിക്കപ്പെടുന്നുണ്ടെന്നു് എനിക്കറിഞ്ഞുകൂടാ. അതുപോലെതന്നെ, തങ്ങളുടെ പാടങ്ങളിൽ ഒന്നിച്ചു പണിയെടുത്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന കർഷകരും അതുനിമിത്തം അസ്വസ്ഥരോ കീഴ്പെടുത്തപ്പെട്ടവരോ അല്ല. സ്ത്രീയിലും പുരുഷനിലും ജന്മസിദ്ധമായിത്തന്നെ ഉള്ള ആ വികാരത്തിൽനിന്നു് അവർ സ്വതന്ത്രരാണെന്നു് ഇവിടെ പറയുകയോ സൂചിപ്പിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നില്ല. ആധുനികലൈംഗികസാഹിത്യത്തിൽ മുഴുകിയിട്ടുള്ളവരുടെ ജീവിതത്തെ അതു കീഴ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നതായി തോന്നുന്നു. എന്നാൽ അതുപോലെ അവരുടെ ജീവിതത്തെ തീർച്ചയായും കീഴ്പ്പെടുത്തിയിട്ടില്ല. ജീവിതം അതിന്റെ കഠിനയാഥാർത്ഥ്യരൂപത്തിൽത്തന്നെ നിർവഹിക്കുകയെന്ന കടുത്ത വസ്തുതയെ അഭിമുഖീകരിക്കേണ്ടിവരുമ്പോൾ പുരുഷനായാലും, സ്ത്രീയായാലും അങ്ങനെയുള്ള സംഗതികൾക്കു സമയമില്ല

സ്ത്രീ അഹിംസയുടെ അവതാരമാണെന്നു ഞാൻ ഈ പംക്തികളിൽ ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അഹിംസയ്ക്കു് അനന്തമായ പ്രേമ

മെന്നും, പ്രേമമെന്നാൽ, സഹനത്തിനുള്ള അനന്തമായ കഴിവെന്നുമാണർത്ഥം. പുരുഷൻെറ മാതാവായ സ്ത്രീയല്ലാതെ മററാരാണ് ഈ കഴിവ് അതിൻെറ വ്യാപകമായ അളവിൽ പ്രകടിപ്പിക്കുന്നതു്? ഒൻപതു മാസക്കാലം ശിശുവിനെ ഉദരത്തിൽ വഹിക്കുകയും അതിനുപോഷണംനല്കുകയും ഇതിലെല്ലാം അന്തർഭവിച്ചിരിക്കുന്ന യാതനയിൽ ആനന്ദംകൊള്ളുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ അവൾ ആ കഴിവാണു കാണിക്കുന്നതു്. പ്രസവവേദനയിൽനിന്നുണ്ടാകുന്ന യാതനയെ തോല്പിക്കാൻ മറെറന്തുണ്ട്? എന്നാൽ സൃഷ്ടിയുടെ ആനന്ദത്തിൽ അവളതു് മറക്കുന്നു. വീണ്ടും ദിനംതോറും തൻെറ ശിശു വളരുന്നതിനുവേണ്ടി ആരാണ് അനുദിനം കഷ്ടപ്പെടുന്നതു്? അവൾ ആ പ്രേമത്തെ മാനവവർഗത്തിനൊട്ടാകെയായി നല്കട്ടെ. താനെപ്പോഴെങ്കിലും പുരുഷൻെറ കാമസംതൃപ്തിക്കുള്ള ഒരു ഉപകരണമായിരുന്നെന്നോ അങ്ങനെയാകാൻ തനിക്കു കഴിയുമെന്നോ ഉള്ളതവൾ വിസ്മരിക്കട്ടെ. അപ്പോഴവൾ പുരുഷൻെറയൊപ്പം, അവൻെറ മാതാവും സ്രഷ്ടാവും നിശ്ശബ്ദനേതാവുമെന്ന അഭിമാനകരമായ സ്ഥാനം അലങ്കരിക്കും. സമാധാനമാകുന്ന കല, ആ അമൃതത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള ദാഹത്തിനിടയ്ക്കും, തമ്മിലടിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന രാഷ്ട്രങ്ങളെ അഭ്യസിപ്പിക്കേണ്ടതവളാണ്. പുസ്തകങ്ങൾ പ്രദാനം ചെയ്യുന്ന ജ്ഞാനം ആവശ്യമില്ലാത്തതും, സഹനത്തിൽനിന്നും വിശ്വാസത്തിൽനിന്നും ഉണ്ടാകുന്ന ധീരമായ ഹൃദയം അവശ്യം ആവശ്യമുള്ളതുമായ സത്യഗ്രഹത്തിൽ അവൾക്കു നേതൃത്വം നേടാൻ കഴിയും.

കൊല്ലങ്ങൾക്കുമുമ്പ്, ഞാൻ പൂനയിലെ സാസൂൺ ആശുപത്രിയിൽ രോഗശയ്യയിൽ കിടക്കുമ്പോൾ, നല്ലവളായ എൻെറ നഴ്സ്, തൻെറ ഗർഭത്തിലുള്ള ശിശുവിൻെറ ജീവൻ അപകടത്തിലാകാതിരിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി, ക്ലോറോഫോറത്തിനു വിധേയയാകാൻ വിസമ്മതിച്ച ഒരു സ്ത്രീയുടെ കഥ എന്നോടു പറയുകയുണ്ടായി. അവൾക്കു വേദനാപൂർണമായ ഒരു ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്കു വിധേയയാകേണ്ടിയിരുന്നു. അവൾക്കുണ്ടായിരുന്ന ഒരേയൊരു ബോധനാശകൗഷധം, ശിശുവിനോടുള്ള സ്നേഹമായിരുന്നു. അതിനെ രക്ഷിക്കുന്നതിന് ഏതു കഷ്ടപ്പാടും അധികമായി അവൾ കരുതിയില്ല. തങ്ങളുടെയിടയിൽ ഇത്തരം അസംഖ്യം ധീരവനിതകളുള്ള സ്ത്രീകൾ, തങ്ങളുടെ വർഗത്തെക്കുറിച്ച്, ലജ്ജിക്കുകയോ തങ്ങൾ പുരുഷന്മാരായി ജനിച്ചില്ലല്ലോയെന്നുവിലപിക്കുകയോ ചെയ്യാതിരിക്കട്ടെ. പലപ്പോഴും ആ ധീരവനിതയെക്കുറിച്ചുള്ള വിചാരം എന്നെ സ്ത്രീയുടെനേരെ, അവളുടേതുമാത്രമായ ആ പദവിയുടെനേരെ, (അതു് അവൾ ഗ്രഹിച്ചിരുന്നെങ്കിൽ!) പലപ്പോഴും അസൂയാലുവാക്കാറുണ്ട്. താൻ സ്ത്രീയായി ജനിച്ചിരുന്നെങ്കിൽ എന്നു് ആഗ്രഹിക്കാൻ പുരുഷന്, സ്ത്രീയ്ക്കു നേരെമറിച്ച് ആഗ്രഹിക്കാനുള്ളത്രതന്നെ, കാരണമുണ്ട്, എന്നാൽ ആ ആഗ്രഹം ഫലശൂന്യമാണ്. ജന്മസിദ്ധമായ നമ്മുടെ നിലയിൽ നമുക്കു

സന്തോഷിക്കുകയും പ്രകൃതി നമുക്കു നിർദേശിച്ചിട്ടുള്ള കർത്തവ്യം നിർവഹിക്കുകയും ചെയ്യാം.

2

സ്ത്രീ പുരുഷനോടു തുല്യമായ മാനസികസിദ്ധികളാലനുഗ്രഹീതയായ അവന്റെ സഹചാരിണിയാണ്. പുരുഷന്റെ പ്രവൃത്തനങ്ങളുടെ സൂക്ഷ്മമായ വിശദാംശങ്ങളിലോരോന്നിലും പങ്കെടുക്കുന്നതിനു് അവൾക്കവകാശമുണ്ട്; അതുപോലെ, അവനോടൊപ്പമുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനും അവൾക്കു തുല്യാവകാശമുണ്ട്. പുരുഷന് തന്റെ മണ്ഡലത്തിലെന്നപോലെ, സ്ത്രീക്ക് അവളുടേതായ കർമ മണ്ഡലത്തിൽ പരമോന്നതമായ സ്ഥാനത്തിനവകാശമുണ്ട്. ഇതു് കാര്യങ്ങളുടെ സ്വാഭാവികമായ സ്ഥിതിയായിരിക്കണം; എഴുതാനും വായിക്കാനുമുള്ള അറിവിന്റെ ഫലമായി മാത്രമുണ്ടാകുന്ന അവസ്ഥയായിരിക്കരുതു്. ദുഷിച്ച ഒരാചാരത്തിന്റെ പ്രാബല്യംകൊണ്ടു മാത്രം, അങ്ങേയററം അജ്ഞരും വിലകെട്ടവരുമായ പുരുഷന്മാർ, അവരൊരുതരത്തിലും അർഹിക്കാത്തതും ഒരിക്കലും അവർക്കുണ്ടാവാൻ പാടില്ലാത്തതുമായ ഒരു മേന്മ സ്ത്രീകളുടെമേൽ അനുഭവിക്കുന്നു: നമ്മുടെ സ്ത്രീകളുടെ ഇന്നത്തെ നിലമൂലം, നമ്മുടെ പല പ്രസ്ഥാനങ്ങളും പകുതി വഴിയെത്തുമ്പോൾ നിന്നുപോകുന്നു. നമ്മുടെ പ്രവൃത്തികൾക്കധികവും യുക്തമായ ഫലം ലഭിക്കുന്നില്ല. നമ്മുടെ വിധി, തന്റെ ബിസിനസ്സിനു് ആവശ്യമായ മൂലധനം മുടക്കാത്ത പെനിയിൽ പിടുത്തമുള്ളവനും എന്നാൽ പവനിൽ ശ്രദ്ധയില്ലാത്തവനുമായ വ്യാപാരിയുടേതു പോലെയാണ്.

3

സ്ത്രീകൾക്കു് അവരുടെ നിരക്ഷരത പരിഗണിച്ചു്, പുരുഷന്മാർ തുല്യാവകാശങ്ങൾ നിഷേധിക്കുകയോ, ഉള്ളതു് ഇല്ലായ്മ ചെയ്യുകയോ ചെയ്യുന്നതിനു യാതൊരു നീതികരണവുമില്ലെന്നു് ഞാൻ കൂടെക്കൂടെ ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഈ ജന്മാവകാശങ്ങളെ ഉയർത്തിപ്പിടിക്കുന്നകിനും, കോട്ടം തീർത്തു് അവ പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിനും സ്ത്രീകൾക്കു കഴിവുണ്ടാകുന്നതിനു വിദ്യാഭ്യാസം അവശ്യം ആവശ്യമാണ്; വീണ്ടും ഇങ്ങനെയുള്ള വിദ്യാഭ്യാസമില്ലാത്ത ജനങ്ങൾക്കു തന്നെക്കുറിച്ചുള്ള യഥാർത്ഥമായ അറിവു് അപ്രാപ്യമാണ്.

2. Speeches and Writings of Mahatma Gandhi, p. 425 (India of My Dreams, p, 225)

3. ബോംബെ ഭഗിനിസമാജത്തിന്റെ 1918 ഫെബ്രുവരിയിൽ നടത്തപ്പെട്ട വാർഷികസമ്മേളനത്തിൽ ചെയ്ത പ്രസംഗത്തിൽനിന്നു്. (Speeches and Writings of Mahatma Gandhi, p. 426.) (India of My Dreams, p. 231)

പുരുഷനും സ്ത്രീയും തുല്യനിലയുള്ളവരാണു്; എന്നാലവർ ഒരു പോലെയല്ല. ഒന്നിനൊന്നു പൂരകമായ ഒരെതിരററ ജോഡിയാണു് അവർ. ഒരാളെക്കൂടാതെ മറേറ ആളിൻെറ നിലനില്പിനെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കാൻതന്നെ സാധിക്കാത്തവിധം അവരന്യോന്യം സഹായിക്കുന്നു. അതിനാൽ, ഇവരിലൊരാളുടെ പദവിക്കു ഹാനികരമായതെന്തും ഇവർക്കിരുവർക്കും ഒരുപോലെ നാശം ചെയ്യുമെന്നതു് ഈ വസ്തുതകളിൽനിന്നു സ്വാഭാവികമായി സിദ്ധമാകുന്നൊരനുസിദ്ധാന്തമാണു്. സ്ത്രീവിദ്യാഭ്യാസത്തിനു് ഏതു പദ്ധതി ആസൂത്രണം ചെയ്യുമ്പോഴും, ഈ സുപ്രധാനസത്യം, എപ്പോഴും മനസ്സിലുണ്ടായിരിക്കണം. ഒരു വിവാഹിതയുഗ്മത്തിൻെറ ബാഹ്യമായ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പുരുഷനാണു പ്രധാന ഘടകം; അതിനാൽ അക്കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ചു്, അവനു കൂടുതൽ വിജ്ഞാനമുണ്ടായിരിക്കേണ്ടതു് ഉചിതമാണെന്നു സിദ്ധിക്കുന്നു. നേരേമറിച്ചു്, ഗൃഹജീവിതം തികച്ചും സ്ത്രീയുടെ മണ്ഡലമാണു്. അതിനാൽ, ഗൃഹകാര്യങ്ങളിൽ, ശിശുക്കളെ വളർത്തുന്നതിലും വിദ്യാഭ്യാസംചെയ്യിക്കുന്നതിലും മററും, സ്ത്രീകൾക്കു കൂടുതൽ അറിവുണ്ടായിരിക്കണം. വിജ്ഞാനത്തെ തീരെ പരസ്പരബന്ധമില്ലാത്ത അറകളിലാക്കി തിരിക്കണമെന്നോ, വിജ്ഞാനത്തിൻെറ ചില ശാഖകൾ ഏതെങ്കിലും ഒരു കൂട്ടർക്കു പൂർണമായി നിരോധിക്കണമെന്നോ അല്ല ഇവിടെ വിവക്ഷ. എന്നാൽ ശിക്ഷണപദ്ധതികൾ, ഈ അടിസ്ഥാനതത്വങ്ങളെ വിവേകപൂർവം വിലയിരുത്തിക്കൊണ്ടല്ല ആവിഷ്കരിക്കുന്നതെങ്കിലും പുരുഷൻെറയും സ്ത്രീയുടെയും ജീവിതം പൂർണമായി വികസിപ്പിക്കുവാൻ സാധിക്കുകയില്ല.

4

ഭാര്യ ഭർത്താവിൻെറ അടിമയല്ല. നേരെ മറിച്ചു് അവൻെറ പാതി മെയ്യും സഹധർമ്മിണിയും സുഹൃത്തുമായറിയപ്പെടുന്ന സഖിയാണു്. അവനോടൊപ്പം തുല്യമായ അവകാശങ്ങളും തുല്യമായ ചുമതലകളും വിഭജിച്ചെടുക്കുന്നൊരു പങ്കാളിയാണവൾ. അതിനാൽ തമ്മിൽത്തമ്മിലും, ലോകത്തോടുമുള്ള അവരുടെ കടപ്പാടുകൾ ഒന്നുതന്നെയും പരസ്പരം കൈമാറുന്നതും ആകട്ടെ!

5

ഭാര്യയെ വർണിക്കുന്നതിനു നമ്മുടെ സാഹിത്യത്തിൽ ഉപയോഗപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ള വിശേഷണങ്ങൾ, അർദ്ധാംഗന, സഹധർമ്മിണി, മുതലായവയാണു്. ഭർത്താവു് ഭാര്യയെ ദേവിയെന്നു സംബോധന ചെയ്യുന്നതു് അപകർഷതയൊന്നുമല്ല കാണിക്കുന്നതു്.

---

4. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ, 21-5-1931. (Women, p. 79.)
5. ഹരിജൻ, 12-10-1934. (Women, p. 3.)

6

സ്ത്രീകൾക്ക് യോജിച്ച തരത്തിലുള്ള വിദ്യാഭ്യാസം നൽകുന്നതിൽ ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. എന്നാൽ പുരുഷന്മാരെ അനുകരിച്ചതുകൊണ്ടോ അവരുമായി മത്സരിച്ചതുകൊണ്ടോ സ്ത്രീകൾക്ക് ലോകത്തിനു് അവരുടേതായ സംഭാവന നൽകാൻ കഴിയുകയില്ലെന്നാണു് എന്റെ ഉറച്ച വിശ്വാസം. അവർ മത്സരിച്ചുകൊള്ളട്ടെ; എന്നാൽ സ്ത്രീക്ക് പ്രാപിക്കാൻ കഴിയുന്ന മഹോന്നതൃങ്ങളിലേക്കു്, പുരുഷനെ അനുകരിക്കുന്നതു കൊണ്ടു്, അവർ ഉയരുകയില്ല. അവർ പുരുഷന്റെ പൂരകമായിരിക്കണം.

7

'സുഹൃത്തുക്കളും തുല്യരുമെന്ന നിലയിലാണു് നിങ്ങൾ വിവാഹത്തിൽ യോജിപ്പിക്കപ്പെടുന്നതു്. ഭർത്താവു് 'സ്വാമിൻ' എന്നാണു വിളിക്കപ്പെടുന്നതെങ്കിൽ ഭാര്യ സ്വാമിനിയാണു്. ഓരോരുത്തർക്കും മറേറ ആളുടെ യജമാനസ്ഥാനമുണ്ടു്; ഓരോരുത്തരും മറേറ ആളുടെ സഹായിയാണു്; ജീവിതത്തിലെ ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളുടെയും കർത്തവ്യങ്ങളുടെയും നിർവഹണത്തിൽ ഓരോരുത്തരും മറേറ ആളുമായി സഹകരിക്കണം. ബാലന്മാരെ, ഞാൻ നിങ്ങളോടു പറയുന്നതു് നന്മയേറിയ ബുദ്ധിശക്തിയും സമ്പന്നമായ സദ്വികാരങ്ങളുംകൊണ്ടു നിങ്ങളനുഗൃഹീതരാണെങ്കിൽ, നിങ്ങളവയെ പെൺകിടാങ്ങളിലും പകരുകയെന്നാണു്. അവരുടെ യഥാർത്ഥ ആചാര്യരും വഴികാട്ടികളുമാകുക; അവരെ സഹായിക്കുകയും നേർവഴിക്കു നയിക്കുകയും ചെയ്യുക; എന്നാൽ ഒരിക്കലും അവരെ തടസ്സപ്പെടുത്തുകയോ വഴിതെററിക്കുകയോ ചെയ്യരുതു്. നിങ്ങൾ തമ്മിൽ ചിന്തയിലും വാക്കിലും പ്രവൃത്തിയിലും പരിപൂർണമായ സ്വരച്ചേർച്ചയുണ്ടാവട്ടെ; നിങ്ങളിൽ ഒരാൾക്കു മറേറയാളിൽനിന്നു ഗോപ്യമായി ഒന്നുമില്ലാതിരിക്കട്ടെ. നിങ്ങൾ ആത്മാവിൽ ഒന്നായത്തീരട്ടെ.'

8

ഭർത്താക്കന്മാരുടെമേൽ, എന്തെന്തു സദ്പ്രേരണ ചെലുത്താൻ തങ്ങൾക്കു കഴിയുമെന്നു സ്ത്രീകൾക്കറിഞ്ഞുകൂടാ. അറിയാതെതന്നെ അവരതു് ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നുണ്ടെന്നതിൽ സംശയമില്ല, എന്നാൽ അതുകൊണ്ടായില്ല. അവക്കതിനെക്കുറിച്ചു ബോധമുണ്ടായിരിക്കണം; ആ ബോധം അവക്കു ശക്തി നൽകുകയും തങ്ങളുടെ പങ്കാളികളോടു പെരുമാറേണ്ട വിധം അവക്കു കാണിച്ചുകൊടുക്കുകയുംചെയ്യും. എന്നാൽ മിക്ക ഭാര്യമാരും തങ്ങളുടെ ഭർത്താക്കന്മാരുടെ പ്രവൃത്തിക

6. ഹരിജൻ,27–2–1936 (India of My Dreams p. 233)
7. ഹരിജൻ, 24–4–1937. ഗാന്ധിജിതന്നെ വിവാഹച്ചടങ്ങു നിർവഹിച്ച ഒരു യുവമിഥുനത്തോടു് രഹസ്യമായി അഭിസംബോധന ചെയ്യതു്. (Women p. 68)
8. ഹരിജൻ, 24–4–1937 (Women, p. 79.)

ളിൽ താത്പര്യം പ്രദർശിപ്പിക്കാറില്ലെന്നുള്ളതാണു ദയനീയം. തങ്ങൾക്കതിനവകാശമില്ലെന്നാണവർ കരുതുന്നതു്. ഭർത്താക്കന്മാർക്കു ഭാര്യമാരുടെ സ്വഭാവസംരക്ഷണത്തിനു ചുമതലയുള്ളതുപോലെ, ഭർത്താക്കന്മാരുടെ സ്വഭാവത്തിന്റെ സംരക്ഷകരാവേണ്ടതു തങ്ങളുടെ കർത്തവ്യമാണെന്നു സ്ത്രീകൾ ഒരിക്കലും മനസ്സിലാക്കുന്നില്ല. എന്നിട്ടും, ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാരിൽ ഓരോരുത്തരും അന്യന്റെ ഗുണങ്ങളുടെയും ദോഷങ്ങളുടെയും തുല്യ ഓഹരിക്കാരാണെന്നതിൽ കൂടുതൽ വ്യക്തമായിട്ടെന്തുണ്ടു്?

9

സ്ത്രീപുരുഷസമത്വമെന്നുള്ളതിനു പ്രവൃത്തിയുടെ തുല്യതയെന്നർത്ഥമില്ല. നിയമപരമായി ഒരു സ്ത്രീ നായാട്ടിലേർപ്പെടുന്നതിനോ കുന്തമുപയോഗിക്കുന്നതിനോ യാതൊരു തടസ്സവുമില്ല. എന്നാൽ പുരുഷന്റേതായ ഒരു പ്രവൃത്തിയിൽനിന്നു സ്ത്രീ, സഹജാവബോധം കൊണ്ടുതന്നെ പിൻവലിയുന്നു. പരസ്പരപൂരകങ്ങളായിട്ടാണു പ്രകൃതി സ്ത്രീപുരുഷഭേദം സൃഷ്ടിച്ചിട്ടുള്ളതു്, അവയുടെ രൂപങ്ങൾപോലെ തന്നെ അവയുടെ കൃത്യങ്ങളും നിർണയിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

ബി. സ്ത്രീയുടെ പദവി

10

വനിതാസേവനവും ഞാൻ സൃഷ്ടിപരമായ പരിപാടികളിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ടു്. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ, അവിശ്വസനീയമാംവണ്ണം ചുരുങ്ങിയ ഒരു കാലയളവിനുള്ളിൽ, മറ്റൊന്നിനും കഴിഞ്ഞിട്ടില്ലാത്തതുപോലെ സത്യഗ്രഹത്തിനു് ഇന്ത്യയിലെ വനിതകളെ സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെ അവരെ വലയം ചെയ്തിരുന്ന ഇരുട്ടിൽനിന്നു വെളിയിൽ കൊണ്ടുവരുവാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ടെങ്കിലും സ്വരാജിനുവേണ്ടിയുള്ള സമരത്തിൽ സ്ത്രീകൾ തുല്യപങ്കാളികളായിക്കാണുന്നതിനുള്ള ആവേശം കോൺഗ്രസ്സുകാർക്കുണ്ടായിട്ടില്ല. സേവനദൗത്യത്തിൽ സ്ത്രീ, പുരുഷന്റെ യഥാർത്ഥ സഹായിയായിരിക്കണമെന്നു് അവരിനിയും മനസ്സിലാക്കിയിട്ടില്ല. പുരുഷനുമാത്രം പൂർണമായ ഉത്തരവാദിത്വമുള്ളതു്, രൂപം കൊടുക്കുന്നതിൽ സ്ത്രീക്കു യാതൊരു കൈയുമില്ലാത്തതുമായ ആചാരങ്ങൾക്കിടയിൽ സ്ത്രീ മർദിക്കപ്പെടുകയാണു്. അക്രമരാഹിത്യത്തെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയിട്ടുള്ള ഒരു ജീവിതപരിപാടിയിൽ തങ്ങളുടെ ഭാഗധേയങ്ങൾക്കു രൂപം കൊടുക്കുന്നതിനു പുരുഷനുള്ളത്ര അവകാശം തന്നെ സ്ത്രീക്കുമുണ്ടു്. ഒരു അക്രമരഹിതസമുദായത്തിൽ, ഓരോ അവകാശവും അതിനു മുമ്പുണ്ടാവുന്ന ഒരു കർത്തവ്യനിർവ്വഹണത്തിൽനിന്നുത്ഭവിക്കുന്നതിനാൽ സാമൂഹ്യമായ പെരുമാററനിയമങ്ങൾ, പരസ്പരസഹകരണത്തോടും

9. ഹരിജൻ, 2–12–'39 (India of My Dreams, p. 225)
10. Constructive programme, p. 1 (Sathyagraha in S. A. P. p 79)

ആലോചനയോടും കൂടി രൂപീകരിക്കണമെന്നു സംസിദ്ധമാകുന്നു. ഒരിക്കലും അവ വെളിയിൽനിന്നു് അടിച്ചേല്പിച്ചുകൂടാ. പുരുഷന്മാർ, സ്ത്രീകളോടുള്ള പെരുമാററത്തിൽ ഈ സത്യം അതിൻെറ പരിപൂർണതയിൽ മനസ്സിലാക്കിയിട്ടില്ല. അവർ, സ്ത്രീകളെ തങ്ങളുടെ സുഹൃത്തുക്കളും സഹപ്രവർത്തകരുമായി പരിഗണിക്കുന്നതിനുപകരം തങ്ങളെത്തന്നെ പ്രഭുക്കളും യജമാനന്മാരുമാണെന്നു കരുതി. തനിക്കു് എപ്പോഴെങ്കിലും സ്വതന്ത്രനാകേണ്ടി വരുമെന്നോ സ്വതന്ത്രനാകാൻ കഴിയുമെന്നോ അറിഞ്ഞുകൂടാതിരുന്ന പഴയകാലത്തെ അടിമയുടെ സ്ഥിതിയാണു് ഏകദേശം സ്ത്രീയുടേതു്. ഒടുവിൽ സ്വാതന്ത്ര്യം ലഭിച്ചപ്പോഴം, തൽക്കാലത്തേക്കു് അവൻ നിസ്സഹായനായിപ്പോയി. പുരുഷന്മാരുടെ അടിമകളെന്നു സ്വയം കരുതുവാനാണു് സ്ത്രീകളെ പഠിപ്പിച്ചിട്ടുള്ളതു്. തങ്ങളുടെ പൂർണമായ പദവി മനസ്സിലാക്കുവാനും, പുരുഷനു തുല്യർ എന്ന നിലയിൽ തങ്ങളുടെ ഭാഗമഭിനയിക്കുവാനും അവരെ കഴിവുള്ളവരാക്കിത്തീർക്കേണ്ടതു കോൺഗ്രസ്സുകാരാണു്.

മനസ്സു് ഉറച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ ഈ വിപ്ലവം ശ്രമരഹിതമാണു്. കോൺഗ്രസ്സുകാർ തങ്ങളുടെ ഭവനങ്ങളിൽത്തന്നെ പ്രവൃത്തിയാരംഭിക്കട്ടെ. ഭാര്യമാർ വെറും ഭോഗോപകരണങ്ങളോ ഭോഗസാധനങ്ങളോ ആകാതെ പൊതുസേവനത്തിൽ ബഹുമാനിതരായ സഖാക്കളായി പരിഗണിക്കപ്പെടണം. ഈ ലക്ഷ്യപ്രാപ്തിക്കു്, നല്ല വിദ്യാഭ്യാസം ലഭിച്ചിട്ടില്ലാത്തവർക്കു് അത്തരം ശിക്ഷണം തങ്ങളുടെ ഭർത്താക്കന്മാരിൽനിന്നു് ആവുന്നത്രയും ലഭിക്കണം. ഇതേ അഭിപ്രായം അവശ്യംവേണ്ട വ്യതിയാനങ്ങളോടുകൂടി അമ്മമാർക്കും പുത്രിമാർക്കും ബാധകമാണു്. ഭാരതീയ സ്ത്രീകളുടെ നിസ്സഹായവസ്ഥയെക്കുറിച്ചു ഞാൻ നല്കിയ ചിത്രം ഏകപക്ഷീയമായ ഒന്നാണെന്നു ചൂണ്ടിക്കാണിക്കേണ്ട ഒരാവശ്യവുമില്ല. ഗ്രാമങ്ങളിൽ അവർക്കു പൊതുവേ തങ്ങളുടെ പുരുഷന്മാരോടൊപ്പമായ നിലയുണ്ടെന്നും, ചില കാര്യങ്ങളിൽ അവർ പുരുഷന്മാരെ ഭരിക്കുകതന്നെ ചെയ്യുന്നുണ്ടെന്നും എനിക്കു നന്നായിട്ടറിയാം. എന്നാൽ പുറമെനിന്നുള്ള ഒരു നിഷ്പക്ഷ നിരീക്ഷകൻെറ ദൃഷ്ടിയിൽ നാടൊട്ടാകെ സ്ത്രീയുടെ നില നൈയമികമായും നടപ്പനുസരിച്ചും വേണ്ടത്ര മോശമാണു്; അതിനു സമൂലമായ മാററം ആവശ്യമാണു്.

11

ലോകകാര്യങ്ങളിൽ നിങ്ങൾക്കു (സ്ത്രീകൾക്കു്) നിങ്ങളുടേതായ ഭാഗം അഭിനയിക്കണമെങ്കിൽ പുരുഷനെ തൃപ്തിപ്പെടുത്താൻ വേണ്ടി അണിഞ്ഞൊരുങ്ങാൻ നിങ്ങൾ വിസമ്മതിക്കണം. ഞാനൊരു സ്ത്രീയായി ജനിച്ചിരുന്നെങ്കിൽ, സ്ത്രീ തൻെറ കളിപ്പാട്ടമായിരിക്കാനാണു ജനിച്ചതെന്നുള്ള പുരുഷൻെറ ഭാവത്തിനെതിരായി ലഹളയ്ക്കു പുറപ്പെടുമായിരുന്നു. സ്ത്രീയുടെ ഹൃദയത്തിലേക്കു് ഒളിഞ്ഞുകയറുന്നതിനുവേണ്ടി ഞാൻ മാനസികമായി ഒരു സ്ത്രീയാ

11. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 8-12-1927 (Women, pp. 19-20)

യിട്ടുണ്ട്. ഞാൻ എന്റെ ഭാര്യയോടു മുമ്പു പെരുമാറിയിരുന്നതിൽ നിന്നു വ്യത്യസ്തമായി പെരുമാറാൻ തീരുമാനിക്കുന്നതുവരെ അവളുടെ ഹൃദയത്തിലേക്ക് ഒളിഞ്ഞു കടക്കാൻ എനിക്കു സാധിച്ചില്ല. അതുകൊണ്ട് അവളുടെ ഭർത്താവെന്ന നിലയിൽ എനിക്കുണ്ടെന്നു പറയുന്ന എല്ലാ അവകാശങ്ങളും സ്വയം ഉപേക്ഷിച്ച് അവളുടേതായ അവകാശങ്ങൾ ഞാൻ അവൾക്കു വീണ്ടെടുത്തുകൊടുത്തു. ഇന്നു നിങ്ങൾക്കവളെ എന്നെപ്പോലെതന്നെ നിരാഡംബരയായി കാണാൻ കഴിയുന്നു. അവളിൽ ആഭരണങ്ങളോ മനോഹര വസ്ത്രങ്ങളോ നിങ്ങൾ കാണുന്നില്ല. നിങ്ങളും അതുപോലെയാകണമെന്നു ഞാനാഗ്രഹിക്കുന്നു. നിങ്ങൾ സ്വന്തം ചാപല്യങ്ങളുടെയും ഭാവനകളുടെയും അടിമകളാകാനും പുരുഷന്മാരുടെ ദാസിമാരാകാനും കൂട്ടാക്കരുത്. അണിഞ്ഞൊരുങ്ങൽ നിറുത്തി സുഗന്ധതൈലങ്ങളുടെയും വാസനനീരുകളുടെയും പിന്നാലെ പോകാതിരിക്കുക.

12

....നമ്മുടെ ഉത്തമാർദ്ധം തളർന്നുപോകാനനുവദിച്ചാൽ തീർച്ചയായും നമുക്കു സ്വയം സംരക്ഷിക്കുന്നതിനോ ആരോഗ്യകരമായ നിലയിൽ മററു രാഷ്ട്രങ്ങളോടു മത്സരിക്കുന്നതിനോ സാധിക്കുകയില്ല.

13

....മിക്ക സ്ത്രീകളും വിവാഹിതരാണ്. നിയമം അവർക്കെതിരാണെങ്കിലും അവർ തങ്ങളുടെ ഭർത്താക്കന്മാരുടെ അധികാരാവകാശങ്ങളിൽ പങ്കാളികളാണ്.

14

സ്ത്രീകളുടെ അവകാശങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം എനിക്കു രാജിയില്ല. എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ നിയമപരമായി പുരുഷനില്ലാത്ത യാതൊരു കഴിവുകേടുകൊണ്ടും, അവൾ കഷ്ടപ്പെടാനിടയാവരുത്. തികച്ചും തുല്യനിലയിൽ ഞാനെന്റെ ആൺമക്കളോടും പെൺമക്കളോടും പെരുമാറണം.

15

സ്ത്രീകളെ അബലാവർഗം എന്നു വിളിക്കുന്നത് അവമാനകരമാണ്; അതു പുരുഷൻ സ്ത്രീയോടു ചെയ്യുന്ന അനീതിയാണ്. ശക്തിയെന്നാൽ മൃഗസഹജമായ ശക്തിയെന്നാണർത്ഥമെങ്കിൽ, തീർച്ചയായും സ്ത്രീ പുരുഷനോളം മൃഗീയസ്വഭാവിയല്ല. ശക്തിയെന്നാൽ ധാർമ്മികശക്തിയെന്നാണർത്ഥമെങ്കിൽ, സ്ത്രീ അപരിമേയമായി പുരുഷന്റെ ഉപരിയാണ്....അവളെക്കൂടാതെ പുരുഷനു നിലനില്പില്ല.

---

12. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 28–6–1928 (Women, p. 23)
13. ,, 17–10–1929 (Women pp. 6—7)
14. ,, 17–10–1929 (India of My Dreams, p. 225)
15. ,, 10–4–1930 (Women, pp. 5—6)

16

സ്ത്രീ ആത്മപരിത്യാഗത്തിന്റെ മൂർത്തീകരണമാണെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു; എന്നാൽ നിർഭാഗ്യവശാൽ ഇന്നു തനിക്കു പുരുഷനേക്കാൾ എത്ര ഗംഭീരമായ മേന്മയാണുള്ളതെന്നു് അവരം മനസ്സിലാക്കുന്നില്ല. ടോൾസ്റ്റോയി പറയുക പതിവായിരുന്നതുപോലെ, അവർ പുരുഷന്റെ മാസ്മരശക്തിക്കു വിധേയരായി വിഷമിക്കുകയാണു്. അക്രമരാഹിത്യത്തിന്റെ ശക്തി മനസ്സിലാക്കുകയാണെങ്കിൽ അബലാവർഗ്ഗമെന്നു വിളിക്കപ്പെടാൻ അവർ സമ്മതിക്കുകയില്ല.

17

തങ്ങളുടെ ഭാര്യമാരെ, കന്നുകാലികളേയും ഗൃഹസാമാനങ്ങളേയുംപോലെ തങ്ങളുടെ സ്വത്തായി പരിഗണിക്കുകയും, അതിനാൽ കന്നുകാലികളെ തല്ലുന്നതുപോലെ അവരേയും തല്ലുവാൻ തങ്ങൾക്കവകാശമുണ്ടെന്നു കരുതുകയും ചെയ്യുന്ന ഭർത്താക്കന്മാരുണ്ടെന്നു് ഇന്ത്യയിൽ പ്രതിദിനം ഉണ്ടായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന വേദനാജനകമായ അനുഭവങ്ങളിൽനിന്നു നാം അറിയുന്നു. ഭാര്യമാരെ ജംഗമസാധനങ്ങളായി കരുതാനും കൈ തരിക്കുമ്പോഴെല്ലാം അവരെ തല്ലാനും ഭർത്താക്കന്മാർക്കു് അവകാശമുണ്ടെന്ന വിശ്വാസത്തിൽനിന്നു് അഭ്യസ്തവിദ്യരായ ഭർത്താക്കന്മാർപോലും മുക്തരല്ലെന്നു് ലജ്ജാപൂർവം സമ്മതിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഭാര്യമാരോടുള്ള ഇത്തരം പെരുമാററം കിരാതത്വത്തിന്റെ ഒരവശിഷ്ടമാണു്.

18

ഒരു സ്ത്രീയുടെ സമയം മിക്കവാറും അടിയന്തരമായ ഗാർഹികചുമതലകൾ നിർവ്വഹിക്കുന്നതിനല്ല വിനിയോഗിക്കപ്പെടുന്നതു്; നേരേമറിച്ചു് അവളുടെ പ്രഭുവും യജമാനനുമായ മനുഷ്യന്റെ അഹന്താപരമായ ആനന്ദത്തിന്റെയും അവളുടെ സ്വന്തം പൊങ്ങച്ചത്തിന്റെയും പരിപോഷണത്തിനായിട്ടാണു്. എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം സ്ത്രീയുടെ ഈ ഗാർഹികാടിമത്തം നമ്മുടെ കിരാതത്വത്തിന്റെ ഒരു ചിഹ്നമാണു്. ഗൃഹജോലികൾ ഒരു സ്ത്രീയുടെ മുഴുവൻസമയവും എടുക്കുവാൻ പാടില്ല.

19

സ്ത്രീകളുടെയിടയിലെ വിദ്യാഭ്യാസമില്ലായ്മയെക്കുറിച്ചാണെങ്കിൽ, അതിന്റെ കാരണം, പുരുഷന്മാരുടെ കാര്യത്തിലെപ്പോലെ വെറും മടിയും ജാഡ്യതയും മാത്രമല്ല. കൂടുതൽ പ്രബലമായ കാരം

16. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ 14–2–'32 (Mohanmala Oct. 16)
17. ഹരിജൻ 3–10–1936 (Women p. 76)
18. Women p. 25
19. ഹരിജൻ 18–2–1939 (Towards New Education, p. 71)

ണം, അതിപുരാതനമായ ഒരു പാരമ്പര്യം അവളുടെമേൽ അന്യായമായി അപകൃഷ്ടതയുടെ മുദ്ര കുത്തിയതാണ്. തൻെറ സഹായിയും ഉത്തമാർദ്ധവുമായി കരുതുന്നതിനുപകരം, പുരുഷൻ അവളെ ഒരു വീട്ടുവേലക്കാരിയും തൻെറ ആനന്ദത്തിനുള്ള ഒരുപകരണവുമാക്കി. ഫലമോ, നമ്മുടെ സമുദായത്തിൻെറ അർദ്ധസ്തംഭനവും. വർഗത്തിൻെറ മാതാവെന്നു സ്ത്രീയെ വിളിക്കുന്നതു് ഉചിതമായിട്ടാണു്. നാം അവളോടു ചെയ്ത ആ വലിയ തെററു തിരുത്തുകയെന്നതു് നാം അവളോടും നമ്മോടും ചെയ്യേണ്ട ഒരു കർത്തവ്യമാണു്.

20

സ്ത്രീ പുരുഷൻെറ ഉത്തമാർദ്ധമെന്നു വർണിക്കപ്പെടുന്നു. എന്നാൽ, നിയമാനുസരണം അവൾക്കു പുരുഷനു തുല്യമായ അവകാശങ്ങളില്ലാതിരിക്കുന്നിടത്തോളംകാലം, ഒരാൺകുട്ടിയുടെ ജനനത്തിനു ലഭിക്കുന്ന സ്വാഗതംതന്നെ ഒരു പെൺകുട്ടിയുടെ ജനനത്തിനു ലഭിക്കാതിരിക്കുന്നിടത്തോളം കാലം, ഇന്ത്യ ഭാഗികമായ സ്തംഭനത്താൽ കഷ്ടപ്പെടുകയാണെന്നു നാം മനസ്സിലാക്കണം. സ്ത്രീകളെ അടിച്ചമർത്തുന്നതു് അഹിംസയുടെ ഒരു നിഷേധമാണു്.

സി. ഭാര്യയ്ക്കു ഭർത്താവിനോടുള്ള ഭക്തി

21

എൻെറ ബുദ്ധിശക്തിയിലും ആത്മാർത്ഥതയിലും കുറച്ചു വിശ്വാസമുള്ള ഒരു സ്നേഹിത ചില കുഴപ്പംപിടിച്ച ചോദ്യങ്ങൾ ഉന്നയിക്കുന്നു. തങ്ങളുടെ അവകാശങ്ങളിൽ പ്രത്യേകനിഷ്ഠയുള്ള ചില ഭർത്താക്കന്മാർ, കോപാകുലരായി എതിർപ്പു പ്രകടിപ്പിച്ചേക്കുമെന്നുള്ള ഭയത്താൽ അവയിൽനിന്നു് ഒഴിഞ്ഞുമാറുന്നതിൽ എനിക്കു സന്തോഷമുണ്ടായിരുന്നു. എന്നാൽ, അപസ്വരങ്ങളോടെയാണെങ്കിലും, കഴിഞ്ഞ നാല്പതു വർഷങ്ങളായി ഞാൻ സന്തോഷകരമായ ഒരു വിവാഹജീവിതം നയിക്കുന്നതറിയാവുന്നതുകൊണ്ടു് അത്തരം ഭർത്താക്കന്മാർ എന്നെ ഒഴിവാക്കിക്കൊള്ളും.

'ഭർത്താവു് ഒരു ചെകുത്താനാകട്ടെ, പ്രേമമൂർത്തിയാകട്ടെ, ഭാര്യ ഭർത്താവിനെ ആരാധിക്കുകയും അവളവനിൽ പരിപൂർണമായി അലിഞ്ഞുചേരുകയും ചെയ്യുന്നതു് ഹിന്ദുമതത്തിലെ പരമോന്നതമായ ലക്ഷ്യമാണു്. ഇതാണു് ഒരു ഭാര്യയുടെ ശരിയായ നടപടിപ്രമാണമെങ്കിൽ, തൻെറ ഭർത്താവിൻെറ ശക്തമായ എതിർപ്പിൻെറ മുമ്പിൽ, അവൾക്കു ദേശീയപ്രവർത്തനങ്ങളിലേർപ്പെടാമോ? അഥവാ, അവൾ തൻെറ ഭർത്താവു് അനുവദിക്കുന്നിടത്തോളം പോയാൽ മതിയോ?'

എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഭാര്യയുടെ മാതൃക സീതയും ഭർത്താവിൻേറതു രാമനുമാണു്. എന്നാൽ സീത രാമൻെറ അടിമ

20. ഹരിജൻ, 18-8-1940 (Rebuilding Our Villages, p. 89)
21. യങ് ഇൻഡ്യ, 21-10-1926 (Hindu Dharma, p. 360)

യായിരുന്നില്ല. അഥവാ, അവരിരുവരും പരസ്പരം അടിമകളായിരുന്നു. രാമൻ എപ്പോഴും സീതയെ ആദരിച്ചിരുന്നു. എവിടെ യഥാർത്ഥമായ പ്രേമമുണ്ടോ?, അവിടെ ഈ പ്രശ്നം ഉദിക്കുന്നില്ല. യഥാർത്ഥമായ പ്രേമമില്ലാത്തിടത്തു് ഈ ബന്ധം ഒരിക്കലും ഉണ്ടായിരുന്നുമില്ല. എന്നാൽ ഹിന്ദുഭവനം ഇന്നൊരു വെറും പ്രഹേളികയാണു്. ഭാര്യയ്ക്കും ഭർത്താവിനും, അവർ വിവാഹിതരാകുമ്പോൾ പരസ്പരം ഒന്നും അറിഞ്ഞുകൂടാ. ആചാരത്താൽ ബലവത്താക്കപ്പെട്ട മതപരമായ അച്ചടക്കവും, വിവാഹിതരുടെ സ്വച്ഛഗതിയിലുള്ള ജീവിതപ്രവാഹവുമാണു് ബഹുഭൂരിപക്ഷം ഹിന്ദുഭവനങ്ങളിലും സമാധാനം പാലിക്കുന്നതു്. ഭാര്യയോ ഭർത്താവോ അസാധാരണമായ ഒരു വീക്ഷണഗതി സ്വീകരിക്കുമ്പോൾ അപസ്വരമുണ്ടാകുന്നു. ഭർത്താവിനു ധർമ്മശങ്കയൊട്ടുമില്ല. തന്റെ പങ്കാളിയുടെ അഭിലാഷങ്ങളെക്കുറിച്ചന്വേഷിക്കാൻ താൻ ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ കടപ്പെട്ടവനാണെന്നു് അയാൾ കരുതുന്നില്ല. അവൻ ഭാര്യയെ തന്റെ സ്വത്തായിട്ടാണു കരുതുന്നതു്. ഭർത്താവിന്റെ അവകാശവാദത്തിൽ വിശ്വസിക്കുന്ന പാവപ്പെട്ട ഭാര്യ, പലപ്പോഴും സ്വാഭിപ്രായം അടിമപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യും. ഇതിനു് ഒരു പോംവഴിയുണ്ടെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു. മീരാബായി ആ മാർഗം കാണിച്ചുതന്നിട്ടുണ്ടു്. തന്റെ അഭിപ്രായം ശരിയാണെന്നും തന്റെ എതിർപ്പു് മഹത്തരമായ ഒരുദ്ദേശത്തിനുവേണ്ടിയാണെന്നും ഉറപ്പുള്ളപ്പോൾ തന്റേതായ മാർഗമവലംബിക്കുന്നതിനും ഭവിഷ്യത്തുകളെ ശാന്തമായി ധീരതയോടെ അഭിമുഖീകരിക്കുന്നതിനും ഒരു ഭാര്യയ്ക്കു പരിപൂർണാവകാശമുണ്ടു്.

'ഒരു ഭർത്താവു് മാംസഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നയാളും, അയാളുടെ ഭാര്യ, മാംസഭക്ഷണം പാപമാണെന്നു കരുതുന്നവളുമാണെന്നു കരുതുക. ഈ നിലയിൽ അവൾക്കു തന്റെ അഭിപ്രായം പിന്തുടരാമോ? ഭർത്താവിനെ, മാംസഭോജനത്തിൽനിന്നു്, അഥവാ അതുപോലെയുള്ള ഒരു പ്രവൃത്തിയിൽനിന്നു്, പിന്തിരിപ്പിക്കാൻ അവൾക്കു സ്നേഹപുരസ്സരമായ എല്ലാവഴികളിലൂടെയും ശ്രമിക്കാമോ? അഥവാ, ഭർത്താവിനുവേണ്ടി മാംസം പാകം ചെയ്യാനോ, അതിനുമപ്പുറം, അയാൾ നിർബന്ധിക്കുകയാണെങ്കിൽ, അതു ഭക്ഷിക്കുവാനോ അവൾ ബാദ്ധ്യസ്ഥയാണോ? ഭാര്യ അവൾക്കിഷ്ടമുള്ള മാർഗം പിന്തുടരട്ടെയെന്നു് അങ്ങു പറയുകയാണെങ്കിൽ, ഒരാൾ നിർബന്ധിക്കുകയും മറ്റൊരാൾ എതിർക്കുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ എങ്ങനെയാണു് ഒരു കൂട്ടുകുടുംബം നടത്തിക്കൊണ്ടുപോകുക?'

മുൻ ചോദ്യത്തിനുള്ള മറുപടിയിൽ ഈ ചോദ്യത്തിനുള്ള മറുപടി ഭാഗികമായി അടങ്ങിയിട്ടുണ്ടു്. തന്റെ ഭർത്താവിന്റെ അപരാധങ്ങളിൽ പങ്കുകാരിയാകുന്നതിനു് ഒരു ഭാര്യ ബാധ്യസ്ഥയല്ല. എന്തെങ്കിലും ഒരു കാര്യം തെറ്റാണെന്നു് അവൾ വിശ്വസി

കുമ്പോഠം, ശരിയായിട്ടുള്ളതു ചെയ്യുവാൻ അവഠംക്കു ധൈര്യമുണ്ടാകണം. കുടുംബത്തിനു വേണ്ടതു സമ്പാദിച്ചുണ്ടാക്കുകയാണു് ഭർത്താവിൻെറ ചുമതല. അതുപോലെ ഭാര്യയുടെ ജോലി വീട്ടുകാര്യങ്ങഠം നടത്തലും, ആ നിലയ്ക്കു ഭക്ഷണം പാകംചെയ്യലുമാണു്. ഇക്കാര്യം പരിഗണിക്കുമ്പോഠം, നേരത്തേ ഇരുവരും മാംസഭുക്കുകളായിരുന്നെങ്കിൽ, കുടുംബത്തിനുവേണ്ടി മാംസം പാകം ചെയ്യാൻ അവഠം ബാദ്ധ്യസ്ഥയാണു്. നേരേമറിച്ചു സസ്യഭുക്കുകളടങ്ങിയ ഒരു കുടുംബത്തിൽ ഭർത്താവു് മാംസഭുക്കായിത്തീരുകയും തനിക്കു മാംസം പാകപ്പെടുത്തിത്തരുവാൻ ഭാര്യയെ നിർബന്ധിക്കുകയുമാണെങ്കിൽ തൻെറ ധർമ്മബോധത്തിന്നെതിരായി അതു പാകംചെയ്യുവാൻ ഭാര്യ ബാദ്ധ്യസ്ഥയല്ല. കുടുംബത്തിലെ സമാധാനം ഏററവും അഭിലഷണീയമായ ഒരു കാര്യമാണു്. എന്നാൽ അതു് സ്വയം ഒരു ലക്ഷ്യമാകാൻ പാടില്ല. എൻെറ അഭിപ്രായത്തിൽ വൈവാഹികാവസ്ഥ മററേതൊരു അവസ്ഥപോലെയും അച്ചടക്കം ആവശ്യമായിട്ടുള്ള ഒന്നാണു്. ജീവിതം ഒരു കർത്തവ്യം അഥവാ പരീക്ഷണമാണു്. വിവാഹജീവിതം ഇഹത്തിലും പരത്തിലും ഇരുവരുടെയും നന്മ വളർത്താനുദ്ദേശിച്ചുള്ളതാണു്. മനുഷ്യവർഗത്തെ സേവിക്കുവാൻ ഉള്ളതുംകൂടിയാണു്. ഒരു പങ്കാളി അച്ചടക്കനിയമം ലംഘിക്കുമ്പോഠം ആ ബന്ധം ഭേദിക്കുന്നതിനു മററേയാളിനും അവകാശം ലഭിക്കുന്നു. ഈ ലംഘനം ധാർമ്മികമാണു്, ഭൗതികമല്ല. വിവാഹമോചനപ്രശ്നം ഇതിൽ വരുന്നില്ല. തങ്ങഠം ഏതു ലക്ഷ്യസാദ്ധ്യത്തിനുവേണ്ടി യോജിച്ചുവോ, ആ ലക്ഷ്യത്തിലെത്തുന്നതിനുവേണ്ടി ഭാര്യയോ ഭർത്താവോ പിരിയുന്നു. ഒരാളെ മററെയാളിനു തികച്ചും തുല്യമായിട്ടാണു ഹിന്ദുമതം കരുതുന്നതു്. ഇതിനു വ്യത്യസ്തമായ ഒരു നടപടി വളർന്നുവന്നിട്ടുള്ളതിൽ സംശയമില്ല. അതു് എന്നുമുതലെന്നു് ആർക്കും അറിഞ്ഞുകൂടാ. എന്നാൽ അതുപോലെതന്നെ അതിൽ മററുപല തെററുകളും കടന്നുകൂടിയിട്ടുണ്ടു്. ഒരു കാര്യം എനിക്കു നിശ്ചയമായും അറിയാം. പുരുഷൻേറയും സ്ത്രീയുടെയും ജന്മോദ്ദേശ്യം ആത്മസാക്ഷാത്കാരമാണു്. അതുമാത്രമാണു്; അതിനുവേണ്ടി യഥേഷ്ടം എന്തുവേണമെങ്കിലും ചെയ്യാൻ ഹിന്ദുമതം വ്യക്തിക്കു് പൂർണസ്വാതന്ത്ര്യം അനുവദിക്കുന്നുണ്ടു്.

22

വിവാഹിതയായ തൻെറ സഹോദരിയുടെ കഷ്ടതകഠം വിവരിച്ചുകൊണ്ടു് ഒരു സഹോദരൻ എഴുതിയ ദീർഘമായ ഒരു കത്തിൻെറ ചുരുക്കം താഴെ ചേർക്കുന്നു.

'ഏതാനും നാളുകഠംക്കു മുമ്പു് എൻെറ സഹോദരിയെ ഒരു മനുഷ്യനു വിവാഹം ചെയ്തുകൊടുത്തു. അയാളുടെ യഥാർത്ഥ സ്വഭാവം

---

22. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ, 3–10–'29 (Hindu Dharma)

ങ്ങൾക്കജ്ഞാതമായിരുന്നു. ഈ മനുഷ്യൻ ഒരു വിടനായിരുന്നെ പിന്നീടു തെളിഞ്ഞു. ദുർവൃത്തിയും വ്യഭിചാരവും എത്രയായാലും അയാൾക്കു തൃപ്തിയാവില്ല. അയാൾക്ക് അഭിമാനബോധമെന്നൊന്നില്ല. വിവാഹം നടന്ന് അധികനാളുകൾ കഴിയുന്നതിനുമുമ്പുതന്നെ തന്റെ 'നാഥൻ' ദിനംപ്രതി അധികമധികം ആഴത്തിലേക്കു അധഃപതിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണെന്നു നിർഭാഗ്യവതിയായ എന്റെ സഹോദരി കണ്ടുപിടിച്ചു. അവൾ പ്രതിഷേധിച്ചു. ആ മനുഷ്യനു് ഇതു സഹിക്കാനേ കഴിഞ്ഞില്ല. അതിനാൽ അവളെ ഒരു പാഠം പഠിപ്പിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി അവളുടെ മുമ്പിൽവച്ചുതന്നെ അയാൾ ദുർന്നടപടികളിൽ ഏർപ്പെട്ടു തുടങ്ങി, അയാളവളെ അടിക്കുകയും പട്ടിണിക്കിടുകയുമെല്ലാം ചെയ്തു അവൾ തന്റെ ലൈംഗികകേളികൾ കാൺമാനതിനു് അയാളവളെ ഒരു തൂണിൽ കെട്ടിയിട്ടു. എന്റെ സഹോദരിയുടെ ഹൃദയം തകർന്നിരിക്കുന്നു. അവളുടെ വിലാപം ഞങ്ങളെ ദൈന്യതയിൽ എത്തിക്കുന്നു. ഞങ്ങൾ നിസ്സഹായരാണു്. ഈ നിലയിൽ എന്തു ചെയ്യണമെന്നാണു് അങ്ങു് അവളേയും ഞങ്ങളേയും ഉപദേശിക്കുന്നതു്? ഹിന്ദുമതത്തിലെ ഏററവും ലജ്ജാകരമായ വശങ്ങളിലൊന്നാണിതു്. എന്തെന്നാൽ സ്ത്രീ തികച്ചും പുരുഷന്റെ കാരുണ്യത്തിനു വിധേയമാണു് ഇവിടെ. അവൾക്കു് അവകാശമോ അധികാരമോ ഇല്ല. ഒരു പുരുഷൻ ക്രൂരനും നിഷ്ഠുരനുമാകാനാണു ഭാവമെങ്കിൽ നിർഭാഗ്യവതിയായ സ്ത്രീക്കു യാതൊരു രക്ഷോപായവും ഇല്ല. പുരുഷനു് അങ്ങും ഇങ്ങും പുതിയ വേഴ്ചകളാരംഭിക്കാം. അയാൾക്കെതിരായി ഒരു ചെറുവിരൽ പോലും ഉയർത്താനൊക്കുകയില്ല. എന്നാൽ ഒരു സ്ത്രീ ഒരിക്കൽ വിവാഹിതയായിക്കഴിഞ്ഞാൽ തികച്ചും അവളുടെ നാഥന്റെ കാരുണ്യത്തിനു വിധേയനാണു്. അങ്ങനെയുള്ള ആയിരക്കണത്തിനു് സ്ത്രീകൾ ഞെരങ്ങുകയും വിമ്മിക്കരയുകയും ചെയ്യുന്നു ഇതും ഇതുപോലെയുള്ള ദുഷ്ടതകളും ഹിന്ദുമതത്തിൽനിന്നു പിഴുതു കളയാത്തിടത്തോളം കാലം പുരോഗതിയുണ്ടാകുമെന്നാശിക്കാമോ?'

ഈ ലേഖകൻ അഭ്യസ്തവിദ്യനായ ഒരാളാണു്. തന്റെ സഹോദരിയുടെ കഷ്ടപ്പാടുകളെക്കുറിച്ചുള്ള അദ്ദേഹത്തിന്റെ വിവരണം, ഇ സംഗ്രഹത്തെക്കാൾ വളരെയധികം വ്യക്തമാണു്. ലേഖകൻ തന്റെ പൂർണമായ പേരും മേൽവിലാസവും എനിക്കയച്ചുതന്നിട്ടുണ്ടു്. ഹിന്ദുമതത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അദ്ദേഹത്തിന്റെ ദൂഷണം, തീവ്രമായ പ്രകോപനമുള്ളതുകൊണ്ടു് ക്ഷന്തവ്യമാണെങ്കിലും, ഒററപ്പെട്ട ഒരു സംഭവം മൂലം ഉന്മാദചിത്തനായിച്ചെയ്ത ഒരു സാമാന്യവൽക്കരണത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിലുള്ളതാണു്. കാരണം, ദശലക്ഷക്കിനു ഹിന്ദുഭാര്യമാർ പരിപൂർണമായ സമാധാനത്തിൽ ജീവിക്കുന്നു; അവർ തങ്ങളുടെ ഭവനങ്ങളിലെ റാണിമാരാണു്. ഏതു സ്ത്രീയും അസൂയപ്പെടത്തക്ക അധികാരം അവർക്കു തങ്ങളുടെ ഭർത്താക്കന്മാരുടെ

മേലുണ്ട്. അതു പ്രേമം നൽകുന്ന അധികാരമാണ്. ഈ ലേഖകൻ വെളിപ്പെടുത്താക്കിയിരിക്കുന്ന ക്രൂരതയുടെ ദൃഷ്ടാന്തം ഹിന്ദുമതത്തിലെ കൊള്ളരുതായ്മയുടെ ഒരുദാഹരണമല്ല; നേരെമറിച്ച്, എല്ലാ കാലാവസ്ഥകളിലും, ലോകത്തിലെ ഏതു മതങ്ങളിൽ വിശ്വസിക്കുന്ന ജനങ്ങളുടെയിടയിലും പ്രകടമാകാറുള്ളതും മനുഷ്യപ്രകൃതിക്കു സഹജവുമായ കൊള്ളരുതായ്മയുടെ ഉദാഹരണമാണ്. തന്റെ വ്യക്തിത്വം ഉറപ്പിക്കാൻ കഴിവില്ലാത്തവളും. ചിലപ്പോൾ അതിനു സമ്മതം തന്നെയില്ലാത്തവളും,ശാന്തശീലയുമായ ഒരു ഭാര്യയെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം, വിവാഹമോചന സൗകര്യങ്ങൾ ക്രൂരനായ ഒരു ഭർത്താവിൽനിന്നു രക്ഷപ്പെടുവാനുള്ള ഉപാധിയായിരുന്നിട്ടില്ല; അതിനാൽ, പരിഷ്ക്കർത്താക്കൾ ജല്പനങ്ങളും അതിശയോക്തികളും കൂടാതെ കഴിക്കുകയെന്നതു പരിഷ്കരണത്തിന്റെ താത്പര്യത്തിനുതന്നെ സഹായകമാണ്.

എങ്കിലും, ഈ ലേഖനം ശ്രദ്ധയിൽപ്പെടുത്തുന്ന സംഭവം, ഹൈന്ദവസമുദായത്തിൽ തികച്ചും അസാധാരണമായ ഒരു സംഭവമല്ല. ഭാര്യ, ഭർത്താവിനു ആവശ്യത്തിലധികം വിധേയയായിരിക്കണമെന്നു നിർബന്ധിച്ചതിൽ ഹിന്ദുസംസ്ക്കാരത്തിനു തെററുപററി. ഭാര്യ ഭർത്താവിൽ പരിപൂർണ്ണമായി ലയിക്കണമെന്നും നിർബന്ധിക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. തൽഫലമായി ചിലപ്പോൾ ഭർത്താവു തന്നെ ഒരു മൃഗത്തിന്റെ നിലയിലേക്കു താഴ്ത്തുന്ന വിധത്തിൽ,അധികാരം കവ ന്നെടുക്കുകയും പ്രയോഗിക്കുകയും ചെയ്തുതുടങ്ങി. ഇങ്ങനെയുള്ള അതിക്രമങ്ങൾക്കുള്ള പ്രതിവിധി,നിയമത്തിലൂടെയല്ല. നേരെമിച്ച് അവിവാഹിതരായ പെൺകുട്ടികളിൽനിന്നു വിഭിന്നമായി, സ്ത്രീകൾക്കു വിദ്യാഭ്യാസം നൽകിയും ഭർത്താക്കന്മാരുടെ ഇങ്ങനെയുള്ള പുരുഷോചിതമല്ലാത്ത പെരുമാററത്തിനെതിരായി പൊതുജനാഭിപ്രായം സംഘടിപ്പിച്ചുമാണു നേടേണ്ടതു്. ഇവിടെ ചൂണ്ടിക്കാണിച്ച കാര്യത്തിനുള്ള പ്രതിവിധി, അവിശ്വസനീയമാംവിധം ലഘുവാണ്. സഹോദരനും മററു ബന്ധുക്കളും നിസ്സഹായരാണെന്നു കരുതുകയും സന്താപഭരിതയായ ആ യുവതിയോടൊന്നിച്ചു വിലപിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിനുപകരം, അവരവൾക്കു സംരക്ഷ നല്കുകയും,ധൂർത്തനായ ഒരു ഭർത്താവിനെ സന്തോഷിപ്പിക്കുകയോ അവന്റെ സമ്പർക്കം തേടുകയോ ചെയ്യേണ്ടതു തന്റെ ചുമതലയിൽപ്പെട്ടതല്ലെന്നു വിശ്വാസം വരത്തക്കവണ്ണം അവൾക്കു ശിക്ഷണം നൽകുകയും ചെയ്യണം. ആ ഭർത്താവിനു തന്നെ ഭാര്യയുടെ കാര്യത്തിൽ താൽപര്യമില്ലെന്നുള്ളതു തികച്ചും വ്യക്തമാണ്. അതിനാൽ, നിയമപരമായ ബന്ധം വേർപെടുത്താതെതന്നെ, ഭർത്താവിന്റെ വീട്ടിൽനിന്നു മാറിത്താമസിക്കുകയും താൻ വിവാഹിതയായിട്ടുതന്നെയില്ലെന്നു കരുതുകയും ചെയ്യട്ടെ.

വിവാഹമോചനം ലഭിക്കാൻ നിവൃത്തിയില്ലാത്ത ഒരു ഹിന്ദുഭാര്യയെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം നിയമപരമായ മററു രണ്ടു രക്ഷാ

മാർഗങ്ങളുണ്ട്, അതായതു്, സാധാരണ കൈയേററത്തിനു ഭർത്താവിനെ ശിക്ഷിപ്പിക്കുകയും ഭാര്യക്കു ചെലവിനു കൊടുക്കാൻ അയാളെ നിർബന്ധിക്കുകയും. എന്നാൽ ഈ പ്രതിവിധി മുഴുവനല്ലെങ്കിൽ മിക്കവാറും സംഭവങ്ങളിൽ,ഉപയോഗശൂന്യം മാത്രമല്ല, അതിലും മോശമാണു്; കൊള്ളാവുന്നൊരു സ്ത്രീക്കു് അതൊരിക്കലും യാതൊരു സമാശ്വാസവും പ്രദാനംചെയ്യുന്നില്ല; ഭർത്താവിനെ നന്നാക്കിത്തീർക്കുകയെന്നുള്ള ഉദ്ദേശ്യം അസാദ്ധ്യമോ അഥവാ കുറേക്കൂടി ദുഷ്കരമെങ്കിലുമോ ആക്കിത്തീർക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. സമുദായത്തിൻെറയും, അതിലധികം ഭാര്യയുടെയും ഉദ്ദേശ്യം അതായിരിക്കണമല്ലോ. ഈ സംഭവത്തിൽ, ആ പെൺകുട്ടിയുടെ മാതാപിതാക്കൾക്കു് അവളെ സംരക്ഷിക്കുവാൻ തികച്ചും കഴിവുണ്ടു്, എന്നാൽ അതിനു കഴിവില്ലാതെ വരുമ്പോൾ, ഇങ്ങനെ ദ്രോഹിക്കപ്പെടുന്ന സ്ത്രീകൾക്കു് അഭയം നൽകുന്ന സ്ഥാപനങ്ങളുടെ സംഖ്യ ഈ നാട്ടിൽ വർധിച്ചുവരുന്നുണ്ടു്.

വിവാഹമോചനത്തിൽനിന്നുള്ള സമാശ്വാസം അലഭ്യമാകുമ്പോൾ, ഔദാര്യഹീനമായ ഭർത്തൃഗൃഹങ്ങൾ വെടിയുകയോ അഥവാ, ഭർത്താക്കന്മാരാൽ ഉപേക്ഷിക്കപ്പെടുകയോ ചെയ്യുന്ന ചെറുപ്പക്കാരികളുടെ ലൈംഗികക്ഷുത്തു ശമിപ്പിക്കുന്നതിൻെറ പ്രശ്നം പിന്നെയും അവശേഷിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഇതു് എണ്ണംകൊണ്ടു നോക്കിയാൽ യഥാർത്ഥത്തിൽ ഗുരുതരമായ ദുഃഖകാരണമല്ല. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ ശതാബ്ദങ്ങളായി, ആചാരം വിവാഹമോചനത്തെ നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തിയിരുന്ന ഒരു സമുദായത്തിൽ വിവാഹം അസുഖകരമായി പര്യവസാനിച്ച ഒരു സ്ത്രീ പലപ്പോഴും വീണ്ടും വിവാഹിതയാകാൻ ആഗ്രഹിക്കാറില്ല. ഏതെങ്കിലും സമുദായത്തിൽ പൊതുജനാഭിപ്രായം ആ പ്രത്യേകരീതിയിലുള്ള സമാശ്വാസം തന്നെ ആവശ്യപ്പെടുമ്പോൾ, അതു താനേ വന്നുകൊള്ളുമെന്നതിൽ എനിക്കു സംശയമേയില്ല. ആ ലേഖകൻെറ കത്തിൽനിന്നു് എനിക്കു മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിഞ്ഞിടത്തോളം ഇവിടെ ഭാര്യക്കു് അവളുടെ ലൈംഗികക്ഷുത്തു ശമിപ്പിക്കുവാൻ സാധിക്കുന്നില്ലെന്നുള്ളതല്ല പരാതി. അവരുടെ പരാതി, ഭർത്താവിൻെറ പക്ഷത്തുനിന്നുള്ള ലജ്ജാവഹവും ദുഷിതവുമായ അസാന്മാർഗിക ജീവിതത്തെക്കുറിച്ചാണു്. ഞാൻ സൂചിപ്പിച്ചതുപോലെ, ഇതിനുള്ള പ്രതിവിധി സ്ഥിതിചെയ്യുന്നതു് ചിത്തവൃത്തിയിൽ മാററം വരുത്തുന്നതിലാണു്. നമ്മുടെ മിക്ക അസുഖങ്ങളുംപോലെ തന്നെ, നിസ്സഹായതാബോധവും സാങ്കല്പികമാണു്. അപര്യാപ്തമായ ഭാവനയിൽനിന്നുളവാകുന്ന ഈ സങ്കടം ഇല്ലായ്മ ചെയ്യുന്നതിനു്, നവമായ ഒരു വീക്ഷണഗതി,അല്പമൊരു സ്വതന്ത്രചിന്ത ഉണ്ടായാൽ മതിയാകും. അതുപോലെതന്നെ ഇങ്ങനെയുള്ള കാര്യങ്ങളിൽ മർദിതയായ സ്ത്രീയുടെ സുഹൃത്തുക്കളും ബന്ധുക്കളും അവളെ മർദനരംഗത്തുനിന്നു് മാററിനിർത്തുന്നതുകൊണ്ടു

മാത്രം—അതിന്റെ ഫലം നിഷേധാത്മകമാണല്ലൊ—തൃപ്ത രായാൽ പോരാതാനും, പൊതുജനസേവനത്തിനും സ്വയം കഴിവു നേടാനും അവളെ പ്രേരിപ്പിക്കണം. ഇമ്മാതിരി പരിശീലനം, ഭർത്താവിന്റെ കിടക്കയിലുള്ള സംശയാസ്പദമായ അവകാശം നഷ്ടപ്പെട്ടതിന്ന്, വേണ്ടതിലധികമായ പരിഹാരമായിരിക്കും.

....ഭാര്യ ഭർത്താവിന്റെനേരേയുള്ള വിശ്വസ്തതയും അവിഭക്തമായ ഭക്തിയും തെളിയിക്കണമെങ്കിൽ അതുപോലെതന്നെ ഭർത്താവും, ഭാര്യയുടെനേരേയുള്ള വിശ്വസ്തതയും ഭക്തിയും തെളിയിക്കണം. ഒരാറംക്കവേണ്ടി ഒരുതരം അളവും തൂക്കങ്ങളും മറേറയാറംക്കവേണ്ടി മറെറാരുതരം അളവും തൂക്കങ്ങളും ഉണ്ടായിരിക്കാൻ പാടുള്ളതല്ല.

23

ചോദ്യം: ഞാൻ ഇരുപത്തിമൂന്നുവയസ്സു പ്രായമുള്ള ഒരു യുവാവാണ്, കഴിഞ്ഞ രണ്ടുവർഷമായി ഞാൻ ശുദ്ധമായ ഖാദി മാത്രമേ ഉപയോഗിക്കാറുള്ളു. കഴിഞ്ഞ ഇരുപത്തെട്ടു ദിവസമായി, വിശ്രമവേളകളിൽ ഞാൻ കൃത്യമായി നൂൽ നൂല്ക്കാറുണ്ട്, എന്നാൽ എന്റെ ഭാര്യ ഖാദി ധരിക്കാൻ വിസമ്മതിക്കുന്നു. അതു വളരെ പരുക്കനാണെന്നാണ് അവറം പറയുന്നതു്. ഖാദിയുപയോഗിക്കാൻ ഞാനവളെ നിർബന്ധിക്കണമോ? ഞങ്ങളുടെ സ്വഭാവവും പൊരുത്തപ്പെടാത്തതായി കാണുന്നുവെന്നും സൂചിപ്പിക്കട്ടെ.

ഉത്തരം: ഭാരതീയജീവിതത്തിന്റെ സാമാന്യവിധിയാണിതു്. ഭർത്താവു കൂടുതൽ ശക്തനും വിദ്യാസമ്പന്നനുമായതിനാൽ, തന്റെ ഭാര്യയുടെ അദ്ധ്യാപകനായി വർത്തിക്കണമെന്നും, അവറംക്ക് എന്തെങ്കിലും കുറവുകളുണ്ടെങ്കിൽ അതു സഹിക്കണമെന്നും ഞാൻ കൂടക്കൂടെ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. നിങ്ങളുടെ കാര്യത്തിൽ, നിങ്ങറം ആ പൊരുത്തക്കേടു സഹിക്കുകയും, സ്നേഹംകൊണ്ട്, ഒരിക്കലും നിർബന്ധംകൊണ്ടല്ല, നിങ്ങളുടെ ഭാര്യയെ കീഴ്പ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യണം. അതിൽനിന്ന് ഖാദി ധരിക്കാൻ, നിങ്ങറം ഭാര്യയെ നിർബന്ധിക്കരുതെന്നു സിദ്ധിക്കുന്നു. എന്നാൽ, നിങ്ങളുടെ പ്രേമവും ദൃഷ്ടാന്തവും അവളെക്കൊണ്ട് ശരിയായ കാര്യം ചെയ്യിക്കുമെന്നു നിങ്ങറം വിശ്വസിക്കണം. നിങ്ങറം അവളുടെ സ്വത്തായിരിക്കുന്നതിൽ കവിഞ്ഞു് അവറം നിങ്ങളുടെയും സ്വത്തല്ലെന്ന് ഓർക്കുക. അവറം നിങ്ങളുടെ ഉത്തമാർദ്ധമാണ്. ആ നിലയിൽ അവളോടു പെരുമാറുക. ആ പരീക്ഷണത്തിൽ നിങ്ങറം ഖേദിക്കേണ്ടിവരികയില്ല.

ചോദ്യം: ഞാൻ വിവാഹിതനാണ്. എന്റെ ഭാര്യ ഒരു നല്ല സ്ത്രീയാണ്. ഞങ്ങറംക്കു കുട്ടികളുണ്ട്. ഇതുവരെ ഞങ്ങറം

---

23. ഹരിജൻ, 9—3—1940. (Women, p. 78.)

സമാധാനമായി ഒരുമിച്ചുജീവിച്ചു. നിർഭാഗ്യവശാൽ, എവിടെ യോവച്ചു കണ്ടുമുട്ടിയ ഒരാളെ അവരം തന്റെ ഗുരുവായി സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്നു. അവരിൽനിന്നു് അവരം തന്റെ ഗുരുമന്ത്രം സ്വീകരിച്ചു; അവളുടെ ജീവിതം എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഒരു അടച്ച ഗ്രന്ഥമായിത്തീർന്നിരിക്കുന്നു. ഇതു ഞങ്ങരംക്കു തമ്മിൽ സ്നേഹശൈഥില്യത്തിനു കാരണമായി. എന്തുചെയ്യണമെന്നു് എനിക്കറിഞ്ഞുകൂടാ. തുളസീദാസനാൽ ചിത്രീകരിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള രാമനാണു് എന്റെ ആദർശപുരുഷൻ. രാമൻ ചെയ്തതുപോലെ ഞാനും ചെയ്യുകയും എന്റെ ഭാര്യയുമായുള്ള എല്ലാ ബന്ധങ്ങളും അവസാനിപ്പിക്കുകയുമല്ലേ ചെയ്യേണ്ടതു്?

ഉത്തരം: വിവേചനാശൂന്യമായി നാം മഹാന്മാരെ അനുകരിക്കരുതെന്നു തുളസീദാസൻ നമ്മെ പഠിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അവർക്കു ശിക്ഷാശങ്കകൂടാതെ ചെയ്യാമായിരുന്നതു നമുക്കു ചെയ്തുകൂടാ. രാമനു സീതയോടുണ്ടായിരുന്ന പ്രേമത്തെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കുക. പൊന്മാൻ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നതിനുമുമ്പു്, രാമന്റെ നിർദേശമനുസരിച്ചു യഥാർത്ഥസീത മേഘങ്ങളിൽ അപ്രത്യക്ഷയായെന്നും ഒരു നിഴൽമാത്രമേ ശേഷിച്ചുള്ളുവെന്നും തുളസീദാസൻ പറയുന്നു. ഈ വസ്തുത ലക്ഷ്മണനുപോലും അറിഞ്ഞുകൂടാത്ത ഒരു രഹസ്യമായിരുന്നു. രാമനു് ഇതിൽ ദൈവികമായ ഒരു ഉദ്ദേശ്യമുണ്ടായിരുന്നെന്നും കവി പറയുന്നു. സീതയുടെ ഈ നിഴലുമൊന്നിച്ചാണു്, പൊൻമാൻ രംഗത്തു പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടശേഷം, രാമൻ പെരുമാറുന്നതു്. അതുപോലെതന്നെ,സീത രാമന്റെ ഒരൊററ പ്രവൃത്തിയിൽപോലും വെറുപ്പു കാണിച്ചില്ല. നിങ്ങളുടെ കാര്യത്തിലെന്നപോലെ,ഐഹികമായ ഏതു കാര്യത്തിലും ഇമ്മാതിരി വിവരങ്ങരം ഉണ്ടായിരിക്കുകയില്ല. അതിനാൽ എനിക്കു നിങ്ങരംക്കു തരുവാനുള്ള ഉപദേശം, നിങ്ങളുടെ ഭാര്യയോടു ക്ഷമാപുരസ്സരം പെരുമാറുകയും അവളുടെ നടപടിയിൽ നിങ്ങരംക്കു പരാതിക്കു കാരണമില്ലാത്തിടത്തോളംകാലം, അവരംക്കു തടസ്സമൊന്നും ഉണ്ടാക്കാതെയിരിക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നാണു്. നിങ്ങരം ആരെയെങ്കിലും നിങ്ങളുടെ ഗുരുവായി വരിക്കുകയും ഗുരുമന്ത്രം സ്വീകരിക്കുകയും, അനന്തരം ആ രഹസ്യം ഭാര്യയെ അറിയിക്കാതിരിക്കുകയും ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ, നിങ്ങരം അതു വെളിപ്പെടുത്താത്തതിൽ അവരം നിങ്ങളോടു കോപിക്കുന്നതു നിങ്ങരംക്കു രുചിക്കുകയില്ലെന്നു എനിക്കുറപ്പുണ്ടു്. ഭാര്യയ്ക്കും ഭർത്താവിനും തമ്മിൽ, പരസ്പരമറിയിക്കാൻ പാടില്ലാത്ത രഹസ്യമൊന്നുമുണ്ടായിരിക്കാൻ പാടില്ലെന്നു ഞാൻ സമ്മതിക്കുന്നു. വിവാഹബന്ധത്തെക്കുറിച്ചു് എനിക്കു വളരെ ഉയർന്ന അഭിപ്രായമാണുള്ളതു്. ഭാര്യയും ഭർത്താവും പരസ്പരം ലയിക്കുന്നുവെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. അവർ ദ്വന്ദ്വത്തിലെ ഏകമോ, ഏകത്തിലെ ദ്വന്ദ്വമോ ആണു്. എന്നാൽ ഇക്കാര്യങ്ങരം, യാന്ത്രികമായി ക്രമീകരിക്കാൻ സാധിക്കുകയില്ല. അതിനാൽ എല്ലാക്കാര്യങ്ങളും പരിഗണിക്കുമ്പോരം, നിങ്ങരം ഉദാരമതിയായ ഒരു

ഭർത്താവായതുകൊണ്ടു്, ആ രഹസ്യം നിങ്ങളുമായി പങ്കുവയ്ക്കാൻ നിങ്ങളുടെ ഭാര്യയ്ക്കുള്ള വൈമുഖ്യത്തെ മാനിക്കാൻ നിങ്ങൾക്കു പ്രയാസമുണ്ടാവേണ്ടതില്ല.

24

ചോദ്യം: എല്ലാത്തരത്തിലുമുള്ള അയിത്തത്തെ ഉപേക്ഷിക്കാത്ത ആർക്കും സത്യഗ്രഹത്തിൽ പങ്കെടുക്കാൻ കഴിയുകയില്ലെന്നു് അങ്ങു പറഞ്ഞിരിക്കുന്നതു ശരിയാണു്. ഇക്കാര്യത്തിൽ ഒരു കോൺഗ്രസ്സുകാരന്റെ ഭാര്യ, അയാളുടെ വിശ്വാസങ്ങളിൽ പങ്കുകൊള്ളുന്നില്ലെന്നും ഹരിജനങ്ങളെ വീട്ടിൽ കൊണ്ടുവരുവാൻ അയാളെ അനുവദിക്കുന്നില്ലെന്നും കരുതുക; അയാളെന്തുചെയ്യണം? ബലം പ്രയോഗിച്ചു്, ഭാര്യയെ തന്റെ അഭിപ്രായങ്ങളനുസരിപ്പിക്കണോ, അവളെ ഉപേക്ഷിക്കണോ അതോ, സത്യഗ്രഹസമരം ഉപേക്ഷിക്കണോ?

ഉത്തരം: ഭാര്യയുടെമേൽ ഒരിക്കലും ബലപ്രയോഗം പാടില്ല നിങ്ങളവളെ, അവളുടെ വഴിക്കുപോകാൻ വിടണം. നിങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ വഴിക്കും പോകണം. ഇതിന്റെയർത്ഥം, അവൾക്കു തനിച്ചു് ഒരു അടുക്കളയും അവളുടെ ആഗ്രഹമതാണെങ്കിൽ ഒരു പ്രത്യേക മുറിയും നല്കണമെന്നുള്ളതാണു്. അങ്ങനെ, സമരം പരിത്യജിക്കുന്ന പ്രശ്നമേയില്ല.

25

അതിനാൽ, അവകാശങ്ങളും, ചുമതലകളും തമ്മിലുള്ള പരസ്പരബന്ധം മനസ്സിലാക്കേണ്ടതാവശ്യമാണു്. ഉത്തമമായി നിർവഹിക്കപ്പെടുന്ന ചുമതലയിൽനിന്നു ജാതമാകാത്ത അവകാശങ്ങൾ വിലയുള്ളവയല്ലെന്നു പറയുവാൻ ഞാൻ ധൈര്യപ്പെടുന്നു. അവ അപഹരണങ്ങളാണു്, അതിനാൽ എത്ര വേഗം ഉപേക്ഷിക്കുന്നുവോ, അത്രയും നന്നു്. ആദ്യമായി, തന്റെ ചുമതല നിർവഹിക്കാതെ, തന്റെ കുട്ടികളിൽനിന്നു് അനുസരണമാവശ്യപ്പെടുന്ന നിന്ദ്യനായ ഒരു പിതാവു്, അവജ്ഞയല്ലാതെ മറ്റൊന്നും ജനിപ്പിക്കുന്നില്ല. ധൂർത്തനായ ഒരു ഭർത്താവു് കർത്തവ്യനിരതയായ തന്റെ ഭാര്യയിൽനിന്നു് എല്ലാവിധത്തിലുമുള്ള അനുസരണം പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതു്, മതപാഠങ്ങളെ വൈകൃതപ്പെടുത്തുകയാണു്. എന്നാൽ മക്കളുടെ നേരെയുള്ള തന്റെ ചുമതലകൾ നിർവഹിക്കുവാൻ എപ്പോഴും തയ്യാറുള്ള ഒരു പിതാവിനെ ധിക്കരിക്കുന്ന കുട്ടികൾ നന്ദിയില്ലാത്തവരായി പരിഗണിക്കപ്പെടുകയും അവർ തങ്ങളുടെ പിതാവിനെക്കാൾ തങ്ങൾക്കു തന്നെ ഉപദ്രവം വരുത്തിവയ്ക്കുകയും ചെയ്യും. ഇതുതന്നെ, ഭർത്താവിനെയും ഭാര്യയെയും കുറിച്ചും പറയാം.

---

24. ഹരിജൻ, 13–4–1940 (Women, pp. 78—79)
25. ഹരിജൻ, 6–7–'47 (India of My Dreams, p. 44)

26

ഒരു ഹിന്ദു ഭാര്യ, സ്വഭർത്താവിന്റെ നേരെയുള്ള നിർവിവാദമായ അനുസരണയാണ് പരമമായ ധർമമെന്നു കരുതുന്നതു്. ഒരു ഹിന്ദുഭർത്താവു്, തന്റെ ഭാര്യ എപ്പോഴും തന്റെ താളത്തിനൊത്തു തുള്ളേണ്ടവനാണെന്നും, താൻ അവളുടെ പ്രഭുവും യജമാനനുമാണെന്നും കരുതുന്നു.

27

സ്ത്രീത്വത്തിന്റെ പരിശുദ്ധിയെക്കുറിച്ചുള്ള, ഈ വികൃതമായ ഉൽക്കണ്ഠയുടെ കാരണമെന്താണ്? പുരുഷന്റെ പരിശുദ്ധിയുടെ കാര്യത്തിൽ സ്ത്രീക്കു് എന്തെങ്കിലും പറയാനവകാശമുണ്ടോ? പുരുഷന്റെ പരിശുദ്ധിയെക്കുറിച്ചു് സ്ത്രീകളുടെ ഉൽക്കണ്ഠയെപ്പററി നാം ഒന്നും കേൾക്കുന്നില്ല. സ്ത്രീയുടെ പരിശുദ്ധിയെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനുള്ള അവകാശം പുരുഷൻ സ്വയം പേറുന്നതെന്തിനു്? അതു പുറത്തുനിന്നു് അടിച്ചേല്പിക്കാൻ സാധിക്കുകയില്ല. അതു ആന്തരികമായിട്ടുണ്ടാകേണ്ട ഒരു പരിണാമക്രിയയാണ്, അതിനാലതു വ്യക്തി തന്നെത്താൻ ഉണ്ടാക്കേണ്ടതാണ്.

28

പാതിവ്രത്യം കൃത്രിമമായി വളർത്തിയെടുക്കാവുന്നതല്ല. അതു പുറമേനിന്നു് അടിച്ചേല്പിക്കാനും കഴിയുകയില്ല. പർദായുടെ മതിൽക്കെട്ടുകളാൽ അതിനെ സംരക്ഷിക്കാനുമൊക്കുകയില്ല. അതു് ഉള്ളിൽനിന്നുതന്നെ വളരണം; അതിനെന്തെങ്കിലും വിലയുണ്ടാകണമെങ്കിൽ, ഓരോ പ്രലോഭനങ്ങളെയും എതിരിട്ടു നില്ക്കുവാൻ അതിനു കഴിവുണ്ടാകണം. സീതയുടെ പാതിവ്രത്യംപോലെ അതൊന്നിനും വഴങ്ങാത്തതാവണം. പുരുഷന്മാരുടെ നോട്ടത്തെ എതിർത്തുനില്ക്കാൻ കഴിയാത്ത ഒന്നാണെങ്കിൽ അതു വളരെ ദുർബലമായ ഒരു വസ്തുവായിരിക്കും. പുരുഷന്മാർ പുരുഷന്മാരാകുന്നതിനു്, തങ്ങളുടെ സ്ത്രീകളെ, അവർ പരിപൂർണമായിട്ടോ ഭാഗികമായിട്ടോ തളർന്നവരായാൽപ്പോലും, വിശ്വസിക്കുവാൻ കഴിവുള്ളവരാകണം. രാമൻപോലും തന്നെപ്പോലെതന്നെ സ്വതന്ത്രയായ സീതയെക്കൂടാതെ, ഒന്നുമാകയില്ലായിരുന്നു. എന്നാൽ ബലിഷ്ഠമായ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനു ദ്രൗപതിയാണു കുറെക്കൂടി ഉത്തമമായ ഒരു മാതൃക. സീത, സൗമ്യതയുടെ മൂർത്തീകരണമായിരുന്നു, അവളൊരു മൃദുലകുസുമമായിരുന്നു. എന്നാൽ ദ്രൗപതി,ബൃഹത്തായ ഒരു സിന്ദൂരമരമായിരുന്നു. അവൾ തന്റെ ഉദ്ധതമായ ഹിതത്തിനു ശക്തനായ ഭീമ

26. ആത്മകഥ, മൂന്നാംഭാഗം. അദ്ധ്യായം I
27. യങ് ഇൻഡ്യ, 25-11-1926 (Mohanmala: Oct. 23.)
28. യങ് ഇൻഡ്യ, 3-2-1927 (Women, p. 22)

സേനനെപ്പോലും തലകുനിപ്പിച്ചു. ഭീമൻ സകലക്കും ഭയങ്കരനായിരുന്നു; എന്നാൽ ദ്രൗപതിയുടെ മുമ്പിൽ അയാളൊരു ആട്ടിൻകുട്ടിയായിരുന്നു. അവൾക്കു പാണ്ഡവന്മാരിലാരുടെയും സംരക്ഷ ആവശ്യമായിരുന്നില്ല. ഇന്നു് ഇന്ത്യയിലെ സ്ത്രീത്വത്തിന്റെ സ്വാതന്ത്ര്യമായ വളർച്ചയിൽ ഇടപെടാൻ ശ്രമിക്കുന്നതുമൂലം, നാം സ്വാതന്ത്ര്യം, വഴങ്ങാത്ത മനോവീര്യത്തോടുകൂടിയവരുമായ പുരുഷന്മാരുടെ വളർച്ചയിലാണു തലയിടുന്നതു്, നമ്മുടെ സ്ത്രീകളുടെ നേരെയും തൊട്ടുകൂടാത്തവരുടെ നേരെയുമുള്ള നമ്മുടെ പ്രവൃത്തികൾ, ആയിരംമടങ്ങു ശക്തിയോടെ നമ്മുടെ തലയ്ക്കു തിരിച്ചടിക്കും. നമ്മുടെ ദൗർബല്യത്തിനും ചഞ്ചലചിത്തതയ്ക്കും, സങ്കുചിതത്വത്തിനും നിസ്സഹായതയ്ക്കുമുള്ള ഭാഗികമായ കാരണമതാണു്. അതിനാൽ, നമുക്കു സുശക്തമായ ഒരു ശ്രമത്താൽ പർദാ വലിച്ചുചീന്തി താഴെയിടാം.

ഡി. കാമവും വിവാഹജീവിതവും

29

വിവാഹം ഒരു സ്ത്രീയെ പുരുഷനോടു കൂട്ടതലടുപ്പിക്കുകയാണു ചെയ്യുന്നതു്, അവർ ഒരു പ്രത്യേകാർത്ഥത്തിൽ ഈ ജീവിതത്തിലോ വരാനിരിക്കുന്ന ജീവിതങ്ങളിലോ ഒരിക്കലും പിരിയാത്ത സുഹൃത്തുക്കളായിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നു. വിവാഹത്തെക്കുറിച്ചുള്ള നമ്മുടെ ധാരണയിൽ കാമം അവശ്യം പ്രവേശിക്കേണ്ടതാണെന്നു് എനിക്കു തോന്നുന്നില്ല.

30

കുത്സിതമായ കാമവികാരങ്ങളിൽനിന്നും ദമ്പതികളുടെ ഹൃദയങ്ങളെ പവിത്രീകരിക്കുകയും അവരെ ഈശ്വരസമീപത്തേക്കു നയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിനുവേണ്ടിയുള്ളതാണു് വിവാഹം. ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാർ തമ്മിൽ കാമമില്ലാത്ത സ്നേഹം അസാദ്ധ്യമായിട്ടുള്ളതല്ല. മനുഷ്യൻ ഒരു മൃഗമല്ല. മൃഗീയസൃഷ്ടിയിൽനിന്നു് അസംഖ്യം ജന്മങ്ങൾക്കുശേഷം അവൻ ഉന്നതമായ ഒരു പദവിയിലേക്കുയർന്നിരിക്കുന്നു നാലു കാലിൽ നടക്കാനോ ഇഴയാനോ അല്ല, ഇരുകാലുകളിൽ നിൽക്കാനാണു് അവൻ ജനിച്ചിരിക്കുന്നതു്. ഭൗതികവസ്തു ആത്മാവിൽ നിന്നെന്നപോലെ മൃഗീയത്വം മനുഷ്യത്വത്തിൽനിന്നു വളരെ അകന്നിരിക്കുന്നു.

---

29. മദ്രാസ് വൈ. എം.സി.എ.ഓഡിറ്റോറിയത്തിൽവച്ചു് 10–2–1927ൽ ചെയ്ത പ്രസംഗം. മഹാത്മഗാന്ധിയുടെ പ്രസംഗങ്ങളും ലേഖനങ്ങളും Pub Natesan. 4–ാം പതിപ്പു് (To the students, P. 34)
30. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ. 29–4–1926 (Mohanmala, Oct. 8)

31

നിയമപരമായ അസമത്വങ്ങൾ മാററുന്നതു വെറുമൊരു ഉപശമനം മാത്രമാണ്. ആ തെററിന്റെ (സ്ത്രീകൾക്കെതിരായി വിവേചനം കാണിക്കുന്ന പിന്തുടർച്ചാവകാശനിയമം സംബന്ധിച്ച തെററിന്റെ) അടിസ്ഥാനം സ്ഥിതിചെയ്യുന്നതു മിക്കയാളുകളും ധരിച്ചിട്ടുള്ളതിലും കൂടുതൽ ആഴത്തിലാണ്, അധികാരത്തിനും പ്രശസ്തിക്കുംവേണ്ടിയുള്ള മനുഷ്യന്റെ മോഹത്തിലും അതിലുമാഴത്തിൽ പരസ്പരമുള്ള കാമാർത്തിയിലും. മനുഷ്യൻ എന്നും അധികാരം കാംക്ഷിച്ചിരുന്നു. വസ്തുക്കളിന്മേലുള്ള ഉടമാവകാശം ഈ അധികാരം പ്രദാനം ചെയ്യുന്നു. ഈ അധികാരത്തിന്മേലധിഷ്ഠിതമായിട്ടുള്ള മരണാനന്തരപ്രശസ്തിക്കും മനുഷ്യൻ അഭിലഷിക്കുന്നു.

32

പരസ്പരമുള്ള കാമാർത്തിയും സ്ത്രീകൾക്ക് അയോഗ്യത വരുത്തി വയ്ക്കുന്നതിൽ ഗണ്യമായ ഒരു ഭാഗം വഹിച്ചിട്ടുണ്ടെന്നുള്ളതിനു പ്രത്യേകമായ വിശദീകരണമൊന്നുമാവശ്യമല്ല, സ്ത്രീ നിരവധി രീതികളിൽ തന്റെ അബോധപൂർവവും അതിസൂക്ഷ്മവുമായ മാർഗങ്ങളിലൂടെ പുരുഷനെ പരാജയപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. ഇതു്, അത്രതന്നെ അബോധപൂർവവും എന്നാൽ നിഷ്ഫലവുമായി പുരുഷൻ തന്റെമേൽ ആധിപത്യം നേടുന്നതിൽ സ്ത്രീയെ പരാജയപ്പെടുത്താൻ സമരം ചെയ്യുമ്പോഴാണുതാനും, ഇതിന്റെ ഫലം ഒരു സ്തംഭനമാണ്.

33

പുരുഷന്റെയോ സ്ത്രീയുടേയോ ജീവിതത്തിലെ ഏററവും വലിയ യത്നം കാമത്തെ ജയിക്കുകയാകുന്നു, കാമത്തെ കീഴ്പ്പെടുത്താതെ ആത്മനിയന്ത്രണം നേടാമെന്നു മനുഷ്യൻ ആശിക്കുകയേ വേണ്ട. ആത്മനിയന്ത്രണം കൈവരാതെ സ്വരാജോ രാമരാജ്യമോ കൈവരികയില്ല. സ്വയം ഭരിക്കാൻ കഴിയാതെ മററുള്ളവരെ ഭരിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നതു പുറമേ ആകർഷകവും അകം പൊള്ളയുമായ ചായം തേച്ച കളിമാണ്ടാപോലെ വഞ്ചനാപരവും നിരാശാജനകവുമായിരിക്കും.....ആത്മശക്തി ഈശ്വരാനുഗ്രഹത്തിലൂടെയേ കൈവരികയുള്ളു. കാമാർത്തിക്കടിമയായ ഒരു മനുഷ്യനു് ഒരിക്കലും ഈശ്വരാനുഗ്രഹം ലഭിക്കുകയുമില്ല.

34

ശരിക്കു പറയുകയാണെങ്കിൽ വിവാഹത്തിന്റെ യഥാർത്ഥമായ ഉദ്ദേശം പുരുഷനും സ്ത്രീയും തമ്മിലുള്ള അടുത്ത സൗഹൃദവും സഖിത്വ

31. യങ് ഇൻഡ്യ, 17-10-1929 (Women, P. 6)
32. യങ് ഇഡ്യ, 17-10-1929(Women, p. 17)
33. ഹരിജൻ 21-11-1936 (Selections from Gandhi p. 248)
34. ഹരിജൻ, 7-7-1946 (Self-restaint, V. Seif-indulgence, pp. 177—178)

വുമാണ്. അതിൽ ലൈംഗികസംതൃപ്തിക്ക് ഇടമേയില്ല. ലൈംഗികാഭിലാഷത്തിന്റെ സംതൃപ്തിക്കവേണ്ടി നടക്കുന്ന വിവാഹം വിവാഹമല്ല. ആ സംതൃപ്തി യഥാർത്ഥസൗഹൃദത്തിന്റെ നിഷേധമാണ്. സഖിത്വത്തിനും പരസ്പരസേവനത്തിനുമായി നടത്തപ്പെടുന്ന ഇംഗ്ലീഷുവിവാഹങ്ങളെക്കുറിച്ച് എനിക്കറിയാം. ഇവിടെ എന്റെ വിവാഹജീവിതത്തെക്കുറിച്ചു അല്പം പരാമർശിക്കുന്നതു് അസംഗതമായി പരിഗണിക്കപ്പെടുകയില്ലെങ്കിൽ, വിവാഹജീവിതത്തിലെ യഥാർത്ഥമായ ആനന്ദം ഞാനും എന്റെ ഭാര്യയും അനുഭവിച്ചതു ഞങ്ങൾ ലൈംഗികസമ്പർക്കം ഉപേക്ഷിച്ചശേഷമാണ്; അതും യുവത്വത്തിന്റെ നല്ലകാലങ്ങളിൽ. ഞങ്ങളുടെ സഖിത്വം വികസിച്ചു പുഷ്പിക്കുകയും ഇൻഡ്യയ്ക്കും മനുഷ്യവർഗത്തിനു പൊതുവിലും ഞങ്ങൾക്കു സേവനം ചെയ്യുവാൻ കഴിയുകയും ചെയ്തതു് അന്നായിരുന്നു. എന്റെ 'സത്യാന്വേഷണപരീക്ഷക'ളിൽ ഞാൻ ഇതിനെക്കുറിച്ചു എഴുതിയിട്ടുണ്ട്. വാസ്തവത്തിൽ ഈ ആത്മനിഷേധം സേവനത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള ഞങ്ങളുടെ വലിയ ആശയിൽ നിന്നാണു ജന്മംകൊണ്ടതു്.

തീർച്ചയായും, സാധാരണനിലയിൽ ധാരാളം വിവാഹങ്ങൾ നടക്കുന്നുണ്ട്. അവയങ്ങനെ തുടർന്നു നടക്കുകയും ചെയ്യും. ഇവയിൽ വിവാഹജീവിതത്തിന്റെ ശാരീരികമായ വശത്തിനാണു മുൻതൂക്കം നൽകപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതു്. രസനയുടെ തൃപ്തിക്കവേണ്ടി അസംഖ്യം ആളുകൾ ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നുണ്ട്. എന്നാൽ അതുകൊണ്ട് അങ്ങനെയുള്ള സുഖഭോഗം ഒരാളുടെ ധർമ്മമാകുന്നില്ല. ജീവിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി വളരെക്കുറച്ചാളുകളേ ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നുള്ളു. എന്നാൽ അവരാണു യഥാർത്ഥത്തിൽ ഭക്ഷിക്കുന്നതിന്റെ നിയമമറിയാവുന്നവർ. അതുപോലെതന്നെ വിവാഹബന്ധത്തിന്റെ ശുദ്ധിയും പവിത്രതയും അനുഭവിക്കുന്നതിനും അങ്ങനെ തങ്ങളിൽ അന്തർലീനമായിരിക്കുന്ന ദിവ്യത്വം മനസ്സിലാക്കുന്നതിനുംവേണ്ടി വിവാഹിതരാകുന്നവർ മാത്രമേ യഥാർത്ഥത്തിൽ വിവാഹിതരാകുന്നുള്ളു.

35

മറേറതൊരു സ്നേഹത്തേക്കാളുമധികമായി ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാർ തമ്മിലുള്ള മലിനീകൃതമാകാത്ത പ്രേമം അവരെ ദൈവത്തിങ്കലേക്കു കൂടുതൽ അടുപ്പിക്കുന്നു. മലിനീകൃതമാകാത്ത പ്രേമത്തോടു ലൈംഗികാഭിലാഷം കൂട്ടിച്ചേർക്കുമ്പോൾ അതു് ഒരുവനെ അവന്റെ സ്രഷ്ടാവിൽനിന്നു് അകററിക്കളയുന്നു. അതിനാൽ ലൈംഗികബോധവും ലൈംഗികസമ്പർക്കവുമുണ്ടാകുന്നില്ലെങ്കിൽ വിവാഹത്തിനുതന്നെ സന്ദർഭമുണ്ടോ എന്നുള്ളതാണു പ്രശ്നം: തന്റെ ഭാര്യയുടെനേരെ നിസ്വാർത്ഥമായ സ്നേഹം തോന്നിയിട്ടില്ലെന്നു

35. ഹരിജൻ 10-10-1947 (To the Students p. 274)

ശിഷ്യൻ യഥാർത്ഥമായിത്തന്നെ പറയുന്നു. അതു നിസ്വാർത്ഥമായിരുന്നെങ്കിൽ ജീവിതത്തിലെ പങ്കാളിയുടെ മരണം ആ ജീവിതത്തെ സമ്പന്നമാക്കുമായിരുന്നു. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ ദേഹം വെടിഞ്ഞ ജീവിതസഖിയുടെ സ്മരണ, മർദിതജനതയുടെ സേവനത്തിനായി ആത്മാർപണം ചെയ്യാൻ കൂടുതൽ പ്രേരകമാകുമായിരുന്നു.

അധ്യായം രണ്ട്

ലൈംഗികബന്ധങ്ങൾ

എ. വിവാഹവും സംയോഗാവകാശങ്ങളും

1

വിവാഹം രണ്ടു പങ്കാളികൾക്ക്, മറ്റെല്ലാവരെയും ഒഴിച്ചുനിറുത്തിക്കൊണ്ട്, പരസ്പരസംയോഗത്തിനുള്ള അവകാശം സ്ഥിരീകരിക്കുന്നു. അവരിരുവരുടേയും അഭിപ്രായത്തിൽ അത്തരം ചേർച്ച അഭിലഷണീയമായി തോന്നുമ്പോൾ മാത്രമായിരിക്കണം അതു്. എന്നാൽ അതു് ആ പങ്കാളികളിൽ ഒരാൾക്ക്, സംയോഗത്തിനുള്ള തന്റെ അഭിലാഷത്തിനു വഴങ്ങിക്കൊടുക്കണമെന്നു മറേറയാളിനോടാവശ്യപ്പെടാൻ അധികാരം നൽകുന്നില്ല. ധാർമ്മികമോ മററുതരത്തിലുള്ളതോ ആയ കാരണങ്ങളാൽ, ഒരു പങ്കാളിക്കു മറേറയാളിന്റെ അഭിലാഷത്തിനു വഴങ്ങാൻ കഴിയാതെവരുമ്പോൾ എന്തുചെയ്യണമെന്നുള്ളതു് ഒരു പ്രത്യേകപ്രശ്നമാണ്. വ്യക്തിപരമായി പറഞ്ഞാൽ, ഇതിനുള്ള ഒരേയൊരു പോംവഴി വിവാഹമോചനമാണെങ്കിൽ എന്റെ ധാർമികപുരോഗതിയെ തടയുന്നതിനെക്കാൾ—തികച്ചും ധാർമ്മികമായ കാരണങ്ങളാൽ മാത്രമാണു സ്വയം നിയന്ത്രിക്കണമെന്നുള്ള എന്റെയാഗ്രഹമെന്ന സങ്കല്പത്തിൽ—അതു സ്വീകരിക്കുവാൻ ഞാൻ മടിക്കുകയില്ല.

2

....വിവാഹബന്ധത്തെ കിരാതമെന്നു കരുതുന്നതിനുള്ള പ്രവണത, വ്യക്തമായും പാശ്ചാത്യമാണെന്നു് എനിക്കുറപ്പുണ്ട്. വാദമുഖങ്ങളും പടിഞ്ഞാറുനിന്നു വായ്പയെടുക്കുകയാണെങ്കിൽ അതിനെ നേരിടാൻ യാതൊരു വൈഷമ്യവുമില്ല.

മനുഷ്യനെയും മൃഗത്തെയും തമ്മിൽ തുലനം ചെയ്യുന്നതു് ഒരു തെററാണ്; വാദപ്രതിവാദത്തെയാകെ മലീമസമാക്കുന്നതും ഈ ഉപമയാണ്. എന്തെന്നാൽ മനുഷ്യൻ അവന്റെ ധാർമികപ്രകൃതിയിലും, ധാർമികസ്ഥാപനങ്ങളിലും മൃഗത്തെക്കാൾ എത്രയോ ഉപ

1. യങ് ഇൻഡ്യ, 8–10–'25 (Sarvodaya, p.63)
2. യങ് ഇൻഡ്യ, 3–6–1926 (Self–restraint V. Self–indulgence,p.77)

രിയാണ്. ഒന്നിനു യോജിക്കുന്ന പ്രകൃതിനിയമങ്ങൾ മററതിനു യോജിക്കുന്ന പ്രകൃതിനിയമങ്ങളിൽനിന്നു വ്യത്യസ്തമാണ്. മനുഷ്യനു യുക്തിബോധവും വിവേചനാശക്തിയും സ്വതന്ത്രമായ ഇച്ഛാശക്തിയുമുണ്ട്. മൃഗത്തിനു് ഇതൊന്നുമില്ല. അതു് ഒരു സ്വതന്ത്രകാരകശക്തിയല്ല, സുകൃതവും ദുഷ്കൃതവും നന്മയും തിന്മയും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസവും അതിനറിവില്ല. ഒരു സ്വതന്ത്രകാരകശക്തിയായ മനുഷ്യനു ഈ വ്യത്യാസങ്ങളറിയാം. അവൻ തന്റെ ഉൽകൃഷ്ടമായ പ്രകൃതിയെ പിന്തുടരുമ്പോൾ മൃഗത്തേക്കാൾ വളരെയേറെ ഉന്നതനാണെന്നു കാണിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ അവൻ തന്റെ നികൃഷ്ടമായ പ്രകൃതിയെ അനുസരിക്കുമ്പോൾ താൻ മൃഗത്തെക്കാൾ താഴെയാണെന്നു കാണിക്കാനും അവനു കഴിയും. ഭൂമിയിലെ ഏററവും അപരിഷ്കൃതരെന്നു കരുതപ്പെടുന്ന വർഗക്കാർപോലും ലൈംഗികബന്ധത്തിൽ ചില നിയന്ത്രണങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുന്നുണ്ട്. നിയന്ത്രണംതന്നെ കിരാതമാണെന്നു പറയുകയാണെങ്കിൽ എല്ലാ നിയന്ത്രണങ്ങളിൽനിന്നുമുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യമായിരിക്കണം മനുഷ്യന്റെ നിയമം. എല്ലാ മനുഷ്യരും ഈ നിയമമില്ലാനിയമമനുസരിച്ചു പ്രവർത്തിക്കുകയാണെങ്കിൽ ഇരുപത്തിനാലുമണിക്കൂറിനുള്ളിൽ തികഞ്ഞ അരാജകാവസ്ഥ വ്യാപിക്കും. മനുഷ്യൻ പ്രകൃത്യാതന്നെ മൃഗങ്ങളെക്കാൾ തീക്ഷ്ണവികാരങ്ങളോടുകൂടിയവനായതിനാൽ എല്ലാ നിയന്ത്രണങ്ങളും പിൻവലിക്കപ്പെടുന്ന നിമിഷത്തിൽത്തന്നെ അനിയന്ത്രിതമായ വികാരതീഷ്ണതയുടെ ലാവ ലോകമാകെ വ്യാപിക്കുകയും മനുഷ്യവർഗത്തെ നശിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യും. മൃഗത്തിനു് അസാദ്ധ്യമായ ആത്മനിയന്ത്രണവും ത്യാഗവും മനുഷ്യനു സാദ്ധ്യമാകുന്നിടത്തോളമാണ് അവൻ മൃഗത്തെക്കാൾ ഉന്നതനാകുന്നതു്.

ആധുനികകാലത്തു സർവസാധാരണമായ ചില രോഗങ്ങൾ, വിവാഹനിയമങ്ങൾ ലംഘിക്കപ്പെടുന്നതിന്റെ ഫലമാണ്. വിവാഹബന്ധത്തിന്റെ നിയന്ത്രണങ്ങൾ ശരിക്കും പാലിക്കുന്ന ഒരാൾ ലേഖകൻ വിചാരിക്കുന്നതരത്തിലുള്ള ഏതെങ്കിലും രോഗത്താൽ കഷ്ടപ്പെടുന്നതിനു ഒരൊററയുദാഹരണം അറിയാൻ എനിക്കു കൗതുകമുണ്ട്. ശിശുഹത്യ, ശൈശവവിവാഹം മുതലായവയും വിവാഹനിയമങ്ങൾ ലംഘിക്കുന്നതിന്റെ ഫലമായിട്ടുണ്ടാകുന്നതാണ്. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ നിയമം അനുശാസിക്കുന്നതു്, സ്ത്രീയായാലും പുരുഷനായാലും അവർ ഇണയെ തെരഞ്ഞെടുക്കുന്നതു പ്രായപൂർത്തിയും ആരോഗ്യവും, ആത്മനിയന്ത്രണത്തിനു കഴിവും, സന്താനങ്ങളുണ്ടാകണമെന്നുള്ള ആഗ്രഹവുമുള്ളപ്പോഴേ പാടുള്ളുവെന്നാണ്. ഈ നിയമങ്ങളെ കർശനമായി പാലിക്കുകയും വിവാഹബന്ധത്തെ പരിശുദ്ധകർമമായി കരുതുകയും ചെയ്യുന്നവർ അസന്തുഷ്ടരാകാനോ, കഷ്ടപ്പെടാനോ ഇടവരികയില്ല. എവിടെ വിവാഹം ഒരു

വിശുദ്ധകർമ്മമായി കരുതപ്പെടുന്നുവോ അവിടെ, സംയോഗം ശരീരങ്ങളുടേതല്ല, നേരെമറിച്ച് ഏതെങ്കിലുമൊരാളുടെ മരണത്തിലും പോലും ഭേദിക്കുവാൻ കഴിയാത്ത ആത്മാക്കളുടെ സംയോഗമാണ്. എവിടെ ആത്മാക്കളുടെ യഥാർത്ഥസമ്മേളനം നടന്നിട്ടുണ്ടോ അവിടെ ഒരു വിധവയുടെയോ വിഭാര്യന്റെയോ പുനർവിവാഹം അചിന്ത്യവും അനുചിതവും തെററുമാണ്. വിവാഹത്തിന്റെ യഥാർത്ഥനിയമങ്ങൾ എവിടെ അവഗണിക്കപ്പെടുന്നുവോ, അവിടെ വിവാഹങ്ങൾ, ആ പേരുപോലും അർഹിക്കുന്നില്ല. ആധുനികകാലത്തു വളരെക്കുറച്ചു യഥാർത്ഥവിവാഹങ്ങൾമാത്രമേ നടക്കുന്നുള്ളുവെങ്കിൽ അതിനു വിവാഹത്തെയല്ല, ഇന്നു നടപ്പിലിരിക്കുന്ന അതിന്റെ രീതിയെയാണു കുററപ്പെടുത്തേണ്ടതു്; ആ രീതി പരിഷ്കരിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

....വിവാഹം മതത്തെ രക്ഷിക്കുന്ന ഒരു വേലിയാണെന്നു ഞാൻ വാദിക്കും. ആ വേലി നശിപ്പിക്കപ്പെട്ടാൽ മതം തകർന്നു തരിപ്പണമാകും. മതത്തിന്റെ അടിത്തറ നിയന്ത്രണമാണ്. വിവാഹം നിയന്ത്രണമല്ലാതെ മറെറാന്നുമല്ല. യാതൊരു നിയന്ത്രണവുമില്ലാത്ത മനുഷ്യനു് ആത്മസാക്ഷാത്കാരം ആശിക്കാനേ അവകാശമില്ല. ഒരു നിരീശ്വരനെയോ ഭൗതികവാദിയെയോ നിയന്ത്രണത്തിന്റെ ആവശ്യകത ബോദ്ധ്യപ്പെടുത്താൻ അസാദ്ധ്യമാണെന്നു ഞാൻ സമ്മതിക്കുന്നു. എന്നാൽ ആത്മാവിന്റെ അനശ്വരപ്രകൃതിയിൽനിന്നു മാംസത്തിന്റെ നശ്വരപ്രകൃതി തിരിച്ചറിയുന്ന മനുഷ്യനു്, അച്ചടക്കവും ആത്മനിയന്ത്രണവും കൂടാതെ ആത്മസാക്ഷാൽക്കാരം അസാദ്ധ്യമാണെന്നു സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെയറിയാം. ശരീരം കാമാഭിലാഷങ്ങളുടെ കൂത്തരങ്ങോ, ആത്മസാക്ഷാത്കാരത്തിന്റെ വിശുദ്ധക്ഷേത്രമോ ആകാം. അതു രണ്ടാമത്തു പറഞ്ഞതാണെങ്കിൽ അവിടെ വിഷയാസക്തിക്കു സ്ഥാനമില്ല. ആത്മാവു് ഓരോ നിമിഷത്തിലും മാംസത്തെ അടിച്ചമർത്തുതന്നെ വേണം.

എവിടെ വിവാഹബന്ധം കെട്ടുറപ്പില്ലാത്തതായിരിക്കുന്നുവോ എവിടെ നിയന്ത്രണം പാലിക്കപ്പെടാതിരിക്കുന്നുവോ അവിടെ സ്ത്രീകൾ കലഹകാരണമായിത്തീരും. പുരുഷന്മാർ, മൃഗങ്ങളെപ്പോലെ നിയന്ത്രണമില്ലാത്തവരായിത്തീരുകയാണെങ്കിൽഅവർ നേരെ നാശമാർഗത്തിലേക്കാവും പോകുന്നതു്.

ബി. സംയോഗത്തിന്റെ ഉദ്ദേശ്യം

3

....സംയോഗം ആനന്ദത്തിനുവേണ്ടിയല്ല, നേരെമറിച്ചു് സന്താനോത്പാദനത്തിനു വേണ്ടിയാണ്. സന്താനങ്ങൾക്കുവേണ്ടി

---

3. യങ് ഇൻഡ്യ, 2-3-1925. (Self-restraint v. Self-indulgence, p. 39)

യുള്ള ആഗ്രഹത്തിൻെറ അഭാവത്തിൽ സംയോഗം ഒരു പാതകമാണു്.

4

'പുതിയൊരു ജീവൻെറ സൃഷ്ടി ദൈവികതയോടു് ഏററവും അടുത്തതാണെന്നു ഞാൻ സമ്മതിക്കുന്നു. ഇവിടെ എനിക്കു പറയുവാനുള്ളതു്, ഒരാഠം ആ പ്രവൃത്തിയെ ദൈവികമായ നിലയിൽ സമീപിക്കണമെന്നുമാത്രമാണു്. അതായതു്, പുരുഷനും സ്ത്രീയും പുതിയൊരു ജീവൻ സൃഷ്ടിക്കണമെന്നുള്ളതല്ലാതെ മററൊരഭിലാഷത്താലും പ്രേരിതരായി ഇണ ചേരരുതു്. സന്തോഷഭരിതമായ ഒരു ആലിംഗനത്തിനുവേണ്ടി മാത്രമായി ഒത്തുചേരുകയാണെങ്കിൽ അവർ പിശാചിനോടു് ഏററവും സമീപമായിക്കഴിഞ്ഞു. നിർഭാഗ്യവശാൽ മനുഷ്യൻ താൻ ഈശ്വരനോടു് ഏററവും അടുത്തവനാണെന്നു വിസ്മരിച്ചുകൊണ്ടു്, തന്നിലുള്ള മൃഗീയവാസനയുടെ പിന്നാലെ പായുകയും ഒരു മൃഗത്തേക്കാഠം അധഃപതിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

5

പ്രവൃത്തിയുടെ അനന്തരഫലങ്ങഠം അനുഭവിക്കാൻ ഇടവരാത്തവണ്ണം തങ്ങളുടെ മൃഗീയവികാരങ്ങളെ ശമിപ്പിക്കണമെന്നുമാത്രം, ഇരുവരും ആഗ്രഹിക്കുമ്പോഠം അതു പ്രേമമല്ല, കാമമാണു്. എന്നാൽ പ്രേമം പരിശുദ്ധമാണെങ്കിൽ അതു മൃഗീയവികാരങ്ങളെ ഉല്ലംഘിക്കുകയും, സ്വയം നിയന്ത്രിക്കുകയും ചെയ്യും. കാമാഭിലാഷങ്ങളെക്കുറിച്ചു നമുക്കിനിയും വേണ്ടത്ര വിദ്യാഭ്യാസം സിദ്ധിച്ചിട്ടില്ല. 'നമുക്കു കുട്ടികഠം വേണ്ട, എന്നാൽ നമുക്കു ബന്ധമാവാം' എന്നൊരു ഭർത്താവു പറയുമ്പോഠം അതു മൃഗീയാഭിനിവേശമല്ലാതെ മറെറന്താണു്? അവർക്കു കൂടുതൽ കുട്ടികഠം ജനിക്കണമെന്നാഗ്രഹമില്ലെങ്കിൽ. അവർ സംയോഗത്തിനു വിസമ്മതിക്കതന്നെ വേണം. നിങ്ങളതിനെ മൃഗീയാവശ്യങ്ങളുടെ സംതൃപ്തിക്കുള്ള ഉപായമാക്കി മാററുന്ന നിമിഷത്തിൽ പ്രേമം കാമമാകുന്നു. ഭക്ഷണത്തിൻെറ കാര്യത്തിലും അതു അങ്ങനെതന്നെയാണു്. ഭക്ഷണം ആനന്ദത്തിനുവേണ്ടിമാത്രം കഴിക്കുകയാണെങ്കിൽ അതു കാമമാണു്. നിങ്ങഠം ചോക്കലേററു കഴിക്കുന്നതു വിശപ്പടക്കുന്നതിനുവേണ്ടിയല്ല. നിങ്ങളതു് ഒരു രസത്തിനുവേണ്ടി കഴിക്കുകയും അനന്തരം മറുമരുന്നിനായി വൈദ്യനെ സമീപിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഒരുപക്ഷേ, വിസ്കി തലച്ചോറിനു മാന്ദ്യമുളവാക്കുന്നതായി നിങ്ങഠം ഡോക്ടറോടു പറയുകയും അദ്ദേഹം അതിനൊരു മറുമരുന്നു നൽകുകയും ചെയ്യുമായിരിക്കും. അതിനാൽ ചോക്കലേററോ വിസ്കിയോ കഴിക്കാതിരിക്കുന്നതല്ലേ ഉത്തമമായിട്ടുള്ളതു്?

---

4. ഹരിജൻ, 1–2–1935 (Birth Control Right and Wrong Way, pp. 51—52)
5. ഹരിജൻ, 4–4–1936 (Self-restraint v. Self-indulgence p.112)

മൂന്നോ നാലോ കുട്ടികളിലധികമുണ്ടാകുന്നതു് അധാർമ്മികമാണെന്നും അത്രയും കുട്ടികളുടെ ജനനത്തിനുശേഷം അവർ (ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാർ) വെവ്വേറെ ഉറങ്ങണമെന്നും എന്തുകൊണ്ടു ജനങ്ങളെ പഠിപ്പിച്ചുകൂടാ? അവർക്കീ നിലയിൽ ശിക്ഷണം നൽകുകയാണെങ്കിൽ അതു ആചാരമായി ഉറച്ചുകൊള്ളും. സാമൂഹ്യപരിഷ്കർത്താക്കൾക്കു് ഈ ആശയം ജനങ്ങളെ ബോധ്യപ്പെടുത്താൻ കഴിഞ്ഞില്ലെങ്കിൽ എന്തുകൊണ്ടു നിയമം ഉണ്ടാക്കിക്കൂടാ? ദമ്പതികൾക്കു നാലു കുട്ടികൾ ഉണ്ടായിക്കഴിയുമ്പോൾ അവർക്കു ജന്തുസഹജമായ സുഖം വേണ്ടത്ര ലഭിച്ചുകഴിയും. അനന്തരം അവരുടെ പ്രേമം ഉന്നതമായ ഒരു തലത്തിലേക്കു ഉയർത്തപ്പെട്ടേക്കാം. അവരുടെ ശരീരം സംയോജിച്ചു. അവർക്കു വേണ്ടത്ര കുട്ടികൾ ജനിച്ചശേഷം അവരുടെ പ്രേമം, ഒരു ആദ്ധ്യാത്മികബന്ധമായി മാറുന്നു. ഈ ശിശുക്കൾ മരിക്കുകയും അവർക്കു പിന്നെയും കുട്ടികൾ വേണമെന്നാഗ്രഹമുണ്ടാകയും ചെയ്യുന്നപക്ഷം, അവർ വീണ്ടും സംയോജിച്ചുകൊള്ളട്ടെ. ആളുകൾ മററു വികാരങ്ങളുടെ അടിമകളല്ലാതിരിക്കുമ്പോൾ എന്തിനു ഭോഗലാലസയുടെ അടിമകളായിത്തീരണം?

വിവാഹത്തിൽത്തന്നെയുള്ള ലൈംഗികസംയോഗം നല്ലതും അതിലേർപ്പെടുന്നവർക്കു ഗുണകരവുമാണെന്നു എനിക്കു തൃപ്തികരമാംവിധം തെളിയിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ല. നേരേ മറിച്ചാണെന്നു് എൻെറയും എൻെറ പല സുഹൃത്തുക്കളുടെയും അനുഭവത്തിൽനിന്നു് എനിക്കു തികച്ചും തെളിയിക്കാൻ കഴിയും. അതിൽനിന്നു ഞങ്ങളിലാർക്കെങ്കിലും മാനസികമായിട്ടോ, ആദ്ധ്യാത്മികമായിട്ടോ, ശാരീരികമായിട്ടോ എന്തെങ്കിലും പ്രയോജനം ലഭിച്ചിട്ടുള്ളതായി എനിക്കറിവില്ല. നൈമിഷികമായ ഉദ്വേഗവും സംതൃപ്തിയുമുണ്ടെന്നുള്ളതിൽ സംശയമില്ല. എന്നാൽ മിക്കവാറും അതിനെത്തുടർന്നു തളർച്ചയാണുണ്ടാകാറുള്ളതു്. ആ തളർച്ചയുടെ ഫലം മാറിക്കഴിഞ്ഞാലുടനെതന്നെ സംയോഗത്തിനുള്ള അഭിലാഷം വീണ്ടും മടങ്ങിവരികയും ചെയ്യും. ഞാൻ എല്ലാ സമയത്തും ആത്മാർത്ഥമായി ജോലിചെയ്യുന്ന ഒരാളാണെങ്കിലും, ഈ ഭോഗലീല എൻെറ ജോലിയെ ബാധിച്ചിരുന്നുവെന്ന വസ്തുത എനിക്കു വ്യക്തമായി സ്മരിക്കാൻ കഴിയും. ഈ പരിമിതിയെക്കുറിച്ചുള്ള ബോധമാണു് എന്നെ ആത്മനിയന്ത്രണത്തിൻെറ പാതയിലേക്കു തിരിച്ചുവിട്ടതു്. നീണ്ട കാലഘട്ടങ്ങളിലേക്കു എനിക്കു രോഗങ്ങളിൽനിന്നു താരതമ്യേന ലഭിച്ചിരിക്കുന്ന മുക്തിക്കും ദൃക്സാക്ഷികൾ അത്യസാധാരണമെന്നു വിവരിച്ചിട്ടുള്ള ശാരീരികവും മാനസികവുമായി ഞാൻ ചെയ്തിട്ടുള്ള ജോലിക്കും പ്രകടിപ്പിച്ചിട്ടുള്ള ശക്തിക്കും കാരണവും ഈ ആത്മനിയന്ത്രണമാണെന്നുള്ളതിൽ സംശയമൊന്നുമില്ല.

....നിസ്സംശയമായും, മനുഷ്യൻ ഒരു കലാകാരനും സ്രഷ്ടാവുമാണു്. അവനു സൗന്ദര്യവും, തന്മൂലം നിറവും ഉണ്ടായിരിക്കണം എന്നതും തീർച്ചയാണു്. അവൻെറ സൃഷ്ടിപരമായും കലാപര

മായുമുള്ള പ്രകൃതി, അതിന്റെ പരമകാഷ്ഠയിൽ ആത്മനിയന്ത്രണത്തിൽ കലയും സൃഷ്ടിപരമല്ലാത്ത സംയോഗത്തിൽ വൈരൂപ്യവും ദർശിക്കാൻ അവനെ പഠിപ്പിച്ചു. കലാപരമായ അവന്റെ സഹജാവബോധം, വിവേചിക്കുവാനും ഏതു ചായക്കൂട്ടും സൗന്ദര്യത്തിന്റെ അടയാളമല്ലെന്നും എല്ലാ ഇന്ദ്രിയസുഖവും നല്ലതല്ലെന്നും മനസ്സിലാക്കുവാനും അവനെ പഠിപ്പിച്ചു. ഉപയോഗപൂർണിമയിൽ ആനന്ദം ദർശിക്കുവാൻ കലയിൽ അവനുള്ള കണ്ണ് അവനെ പഠിപ്പിച്ചു. അങ്ങനെ, നമ്മിൽ പലരും ഇപ്പോഴും ചെയ്യുന്നതുപോലെ ഭക്ഷിക്കുന്നതിനുവേണ്ടിയായിരിക്കരുതു ഭക്ഷിക്കുന്നതെന്നും നേരെ മറിച്ച്, ജീവിക്കുന്നതിനുവേണ്ടിയായിരിക്കണം അവൻ ഭക്ഷിക്കേണ്ടതെന്നും തന്റെ പരിവർത്തനത്തിന്റെ പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽത്തന്നെ അവൻ പഠിച്ചു. പിന്നീടൊരു ഘട്ടത്തിൽ ജീവിതത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള ജീവിതത്തിൽ ആനന്ദമോ സൗന്ദര്യമോ ഇല്ലെന്നും നേരെ മറിച്ചു തന്റെ സഹജീവികളേയും അവരിലൂടെ തന്റെ സ്രഷ്ടാവിനെയും സേവിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി താൻ ജീവിക്കണമെന്നും അവൻ വീണ്ടും പഠിച്ചു. അതുപോലെതന്നെ ലൈംഗികസംയോഗത്തിന്റെ ആനന്ദദായകത്വത്തെക്കുറിച്ചു ചിന്തിച്ചപ്പോൾ മറേറതൊരു ഇന്ദ്രിയത്തെപ്പോലെ ഉത്പാദനത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള ഈ അവയവത്തിനും അതിന്റേതായ ഉപയോഗവും ദുരുപയോഗവുമുണ്ടെന്ന് അവൻ കണ്ടുപിടിച്ചു. അതിന്റെ യഥാർത്ഥവ്യാപാരം, അതിന്റെ ശരിയായ ഉപയോഗം ഉത്പാദനത്തെ നിയന്ത്രിക്കുകയാണെന്നും അവൻ കണ്ടു. മറേറതൊരുപയോഗവും വിരൂപമാണെന്ന് അവനു മനസ്സിലായി. അതു വ്യക്തിക്കും വർഗത്തിനും ഗുരുതരമായ ഭവിഷത്തുകളുളവാക്കാൻ പര്യാപ്തമാണെന്നും അവൻ കണ്ടുപിടിച്ചു. എനിക്കു് ഈ വാദം ദീർഘിപ്പിച്ചു കൊണ്ടുപോകേണ്ട ആവശ്യമില്ല.

ആവശ്യം സൃഷ്ടിയുടെ മാതാവു മാത്രമല്ല, അതു കലയുടെ മാതാവുകൂടെയാണ്. അതിനാൽ ആവശ്യം അടിസ്ഥാനമായിട്ടുള്ളതല്ലാത്ത കലയെ നാം കരുതലോടെ സൂക്ഷിക്കണം.

6

കാര്യങ്ങളുടെ കാരണമന്വേഷിക്കുന്നതു നല്ലതാണ്. എന്നാൽ അവയെ കണ്ടുപിടിക്കാൻ എപ്പോഴും സാദ്ധ്യമായെന്നു വരികയില്ല. കുട്ടികളുണ്ടാവണമെന്ന അഭിലാഷം സാർവത്രികമാണ്. എന്നാൽ തന്റെ പിൻഗാമികൾവഴി സ്വയം ശാശ്വതീകരിച്ചു കാണണമെന്നുള്ളതു മതിയായതും വിശ്വാസപ്രദവുമായ ഒരു കാരണമല്ലെങ്കിൽ വേറെ വിശ്വാസപ്രദമായ കാരണങ്ങളൊന്നും ഇവിടെ ഞാൻ കാണുന്നില്ല. ഏതായാലും ആ അഭിലാഷത്തിനു ഞാൻ

6. ഹരിജൻ, 24-4-1937, (Self-restraint V. Self-indulgence, p.17)

നൽകുന്ന കാരണം വേണ്ടത്ര വിശ്വാസപ്രദമായി കാണപ്പെടുന്നില്ലെങ്കിലും എന്റെ അഭിപ്രായം മാറുകയില്ല. അഭിലാഷം അവിടെയുണ്ട്. അതു സ്വാഭാവികമാണെന്നും തോന്നുന്നു. ജനിക്കാനിടയായതിൽ എനിക്കു ഖേദമില്ല. എന്നിൽ ഉത്തമമായിട്ടുള്ളതു പുനരുത്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്നതു് എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം നിയമവിരുദ്ധമാകാൻ നിവൃത്തിയില്ല. ഏതായാലും, സന്താനോത്പാദനത്തിൽത്തന്നെ തെററു കാണുകയും വെറും ആനന്ദത്തിനുമാത്രമായിട്ടുള്ള ലൈംഗികസംയോഗം നീതീകരിക്കാവുന്നതാണെന്നു മനസ്സിലാക്കുകയും ചെയ്യുന്നതുവരെ, ശിശുക്കൾക്കുവേണ്ടിയാഗ്രഹമുള്ളിടത്തു മാത്രമാണു ലൈംഗികയോഗം നീതീകരിക്കാവുന്നതെന്നു തന്നെ ഞാൻ വാദിക്കും. സ്മൃതിയുടെ കർത്താക്കൾക്കു അതു വളരെ വ്യക്തമായിരുന്നുവെന്നു് എനിക്കറിയാം. മനു പ്രഥമജാതരെ മാത്രമാണു ധർമത്തിൽനിന്നു ജനിക്കുന്നതായി കണക്കാക്കുന്നതു്. മററുള്ളവരെയെല്ലാം കാമത്തിൽനിന്നു ജനിച്ചവരായിട്ടും. ഞാൻ ഈ വിഷയത്തെക്കുറിച്ചു കഴിയുന്നത്ര സമബുദ്ധിയോടെ എത്രയധികം ചിന്തിച്ചുവോ അത്രയധികം ഞാൻ സ്വീകരിക്കുകയും പ്രചരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന നിലപാടു്, ശരിയാണെന്ന ധാരണ എന്നിലുറയ്ക്കുകയാണു ചെയ്യുന്നതു്. അനാവശ്യമായ രഹസ്യത്തോടുചേർത്തു വ്യവഹരിക്കപ്പെടുന്ന ഈ വിഷയത്തിലുള്ള നമ്മുടെ അജ്ഞതയിലാണു വിഷമത സ്ഥിതിചെയ്യുന്നതെന്നു എനിക്കു കൂടുതൽ വ്യക്തമായിത്തീരുന്നു. നമ്മുടെ ചിന്ത മേഘാവൃതമാണു്. ഭവിഷ്യത്തുകളെ നേരിടാൻ നാം ഭയപ്പെടുന്നു. പരിപൂർണമെന്നോ അവസാനത്തേതെന്നോ ഉള്ള നിലയിൽ നാം അർദ്ധനടപടികൾ സ്വീകരിക്കുകയും അങ്ങനെ അവയെ പ്രാവർത്തികമാക്കാൻ ഏററവും വിഷമമുണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. നമ്മുടെ ചിന്തകൾ വ്യക്തമായിരിക്കുകയും നമ്മുടെ നിലപാടിനെക്കുറിച്ചു നമുക്കു ഉറപ്പുണ്ടായിരിക്കുകയും ചെയ്തിരുന്നെങ്കിൽ നമ്മുടെ സംസാരവും പ്രവൃത്തിയും ദൃഢമാകുമായിരുന്നു.

അങ്ങനെ ഞാൻ കഴിക്കുന്ന ഓരോ ഭക്ഷണശകലവും ശരീരം പോഷിപ്പിക്കുന്നതിനും നിലനിറുത്തുന്നതിനുമാണെന്നെനിക്കുറപ്പാണെങ്കിൽ ഞാനൊരിക്കലും നാക്കിന്റെ രസത്തിനുവേണ്ടി ഭക്ഷണം കഴിക്കാനാഗ്രഹിക്കുകയില്ല. വിശപ്പില്ലാതെയും ശരീരം നിലനിറുത്തണമെന്ന ചിന്തമൂലമല്ലാതെയും, ഭക്ഷ്യസാധനങ്ങൾ രുചികരമായതുകൊണ്ടുമാത്രം ഭക്ഷിക്കണമെന്നെനിക്കാഗ്രഹമുണ്ടാവുകയാണെങ്കിൽ അതു രോഗത്തിന്റെ ഒരു സൂചനയാണെന്നു മനസ്സിലാക്കുകയും ഞാനതു സുഖപ്പെടുത്താൻ ശ്രമിക്കുകയും, അത്തരം ബുഭുക്ഷ നിയമാനുസൃതമോ ആരോഗ്യകരമോ ആയിരുന്നാലെന്നപോലെ അതിനെ തൃപ്തിപ്പെടുത്താൻ ശ്രമിക്കാതിരിക്കുകയും ചെയ്യണം. എന്നാൽത്തന്നെയും സന്താനങ്ങൾക്കുവേണ്ടിയുള്ള ചോദ്യംചെയ്യപ്പെടാത്ത അഭിലാഷമില്ലാത്ത ലൈംഗികസംയോഗം നിയമവിരു

ദ്ധവും ശരീരത്തിനും മനസ്സിനും ആത്മാവിനും നാശകരവുമാണെന്നു എനിക്കു തികച്ചും വ്യക്തമാവുകയാണെങ്കിൽ തീർച്ചയായും ആ അഭിലാഷത്തോടുള്ള എതിർപ്പ് അനായാസമാകും; വെറും ആഗ്രഹനിവൃത്തി നിയമപരവും ഉപയോഗപ്രദവുമാണോ അല്ലയോ എന്നു വ്യക്തമല്ലാത്തപ്പോഴത്തേക്കാൾ വളരെ എളുപ്പമാകും. ആ അഭിലാഷത്തിന്റെ നിയമവിരുദ്ധത എനിക്കു തികച്ചും വ്യക്തമാണെങ്കിൽ, ഒരു രോഗമാണെന്നമട്ടിൽ ഞാനതിന്റെനേരെ പെരുമാറുകയും സർവശക്തിയുമുപയോഗിച്ച്, അതിന്റെ ആക്രമണത്തെ പിന്തിരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യും. ആ എതിർപ്പ് എന്നെ കൂടുതൽ ശക്തനാക്കും. ആ പ്രവൃത്തി തങ്ങൾക്കിഷ്ടമല്ലെങ്കിലും തങ്ങൾ നിസ്സഹായരാണെന്നും, എതിർക്കുന്നതുകൊണ്ടു തങ്ങൾ ദുർബലരും പരാജിതരുമായിത്തീരുകയേയുള്ളവെന്നും അവകാശപ്പെടുന്നവർ തെററുകാരും അസത്യവാന്മാരുമാണ്. അങ്ങനെയുള്ളവരെല്ലാം സ്വയം പരിശോധിക്കുകയാണെങ്കിൽ തങ്ങളുടെ ചിന്തകൾ അവരെ വഞ്ചിക്കുന്നതായി അവർക്കു കാണുവാൻ കഴിയും. അവരുടെ ചിന്തകൾ ആ അഭിലാഷത്തെ താലോലിക്കുന്നു; അവരുടെ വചനം അവരുടെ ചിന്തകളുടെ വ്യാജവ്യാഖ്യാതാവാണ്. നേരെമറിച്ചു വാക്കു ചിന്തകളുടെ യഥാർത്ഥ വ്യാഖ്യാതാവാണെങ്കിൽ ദൗർബല്യമെന്ന കാര്യമേയുണ്ടാകയില്ല. പരാജയം സംഭവിച്ചേക്കാം; എന്നാൽ ദൗർബല്യം ഒരിക്കലുമില്ല.

ആരോഗ്യമില്ലാത്ത മാതാപിതാക്കൾ, സന്താനോത്പാദനത്തിലേർപ്പെടുന്നതിനെ വിരോധിക്കുന്നതു തികച്ചും സാധുവാണ്. അവക്കു സന്താനങ്ങൾക്കുവേണ്ടിയുള്ള ആഗ്രഹം ഉണ്ടാകാൻ പാടില്ല; ഉണ്ടായിക്കൂടാ. സന്താനോത്പാദനത്തിനുവേണ്ടിയാണു തങ്ങൾ സംയോഗംചെയ്യുന്നതെന്നവർ പറയുകയാണെങ്കിൽ അതു തങ്ങളെത്തന്നെയും ലോകത്തെയും വഞ്ചിക്കുകയായിരിക്കും. എപ്പോഴും ഏതു വിഷയത്തിന്റെ പരീക്ഷണത്തിലും സത്യപരത ഉണ്ടെന്നാണു ധാരണ. ലൈംഗികസംയോഗത്തിലുള്ള രസം മൂടിവയ്ക്കുന്നതിനുവേണ്ടി സന്താനങ്ങൾക്കായുള്ള ആഗ്രഹം നടിക്കരുത്.

7

'വിവാഹവേളയിൽ ഭർത്താവു പ്രകടിപ്പിക്കുന്ന ആഗ്രഹങ്ങളിലൊന്ന് തന്റെ വധു, നല്ലവനും ആരോഗ്യവാനുമായ ഒരു പുത്രന്റെ മാതാവായിത്തീരട്ടെ എന്നാണ്. ആ ആഗ്രഹം എന്നെ ഞെട്ടിച്ചില്ല. സന്താനോത്പാദനം ഒരു കടപ്പാടാണെന്ന് ഇതുകൊണ്ടർത്ഥമില്ല. എന്നാൽ സന്താനം വേണമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ തി

7. ഹരിജൻ, 24–4–1937. ഗാന്ധിജിയുടെ സാന്നിദ്ധ്യത്തിൽത്തന്നെ വിവാഹിതരായ രണ്ടു യുവമിഥുനങ്ങൾക്ക് അദ്ദേഹം രഹസ്യമായി നല്കിയ ഉപദേശങ്ങളിൽനിന്ന് (Women, p. 69).

കച്ചും ധാൎമ്മികാടിസ്ഥാനത്തിൽ നിർവഹിക്കപ്പെടുന്ന വിവാഹം അത്യാവശ്യമാണ് എന്നത്രേ ഇതിന്റെ അർത്ഥം. സന്താനം ആവശ്യമില്ലാത്തവൻ വിവാഹം കഴിക്കേണ്ട ആവശ്യംതന്നെയില്ല. ലൈംഗികക്ഷുത്തിന്റെ ശമനത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള വിവാഹം വിവാഹമേയല്ല. അതു വ്യഭിചാരമാണ്—അമിതഭോഗേച്ഛാഫലം. അതിനാൽ ഒരു ശിശുവിനുവേണ്ടി രണ്ടാൾക്കും വ്യക്തമായ അഭിലാഷമുണ്ടാകുമ്പോൾ മാത്രമേ, ലൈംഗികസംയോഗം അനുവദിക്കപ്പെടുന്നുള്ളുവെന്നാണ് ഇന്നത്തെ ചടങ്ങിന്റെ അർത്ഥം. ആ സങ്കല്പമാകെ പരിശുദ്ധമാണ്! അതിനാൽ ആ കൃത്യവും പ്രാർത്ഥനാപുരസ്സരം നിർവഹിക്കപ്പെടണം. ലൈംഗികമായ ഉദ്വേഗവും ആനന്ദവും പ്രദാനം ചെയ്യുന്നതിനുവേണ്ടിയുള്ള സാധാരണമായ പ്രീണനങ്ങൾ, അതിനുമുമ്പുണ്ടാകാൻ പാടില്ല. വേറെ ഒരു ശിശുകൂടി ജനിക്കണമെന്നാഗ്രഹമില്ലെങ്കിൽ അങ്ങനെയുള്ള സംയോഗം ജീവിതത്തിലൊരിക്കലേ ഉണ്ടാകാൻ പാടുള്ളു. ധാൎമ്മികമായും ശാരീരികമായും അരോഗികളല്ലാത്തവൎക്ക സംയോഗത്തിനു കാര്യമില്ല. അവരങ്ങനെചെയ്താൽ അതു വ്യഭിചാരമാണ്; അമിതഭോഗേച്ഛാഫലം. വിവാഹം ജന്തുസഹജമായ ആർത്തിയുടെ സംതൃപ്തിക്കുവേണ്ടിയാണെന്നു നിങ്ങൾ മുമ്പു പഠിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ, ആ പാഠം നിങ്ങൾ മറക്കണം. അതൊരു അന്ധവിശ്വാസമാണ്. പരിശുദ്ധമായ അഗ്നിസാന്നിദ്ധ്യത്തിലാണ് ഈ ചടങ്ങുമുഴുവൻ നിർവഹിക്കപ്പെടുന്നതു്. ആ അഗ്നി നിങ്ങളിലുള്ള കാമാർത്തിയെ ആകെ ഭസ്മീകരിക്കട്ടെ!

പ്ലാറേറാണിക് (ആത്മമാത്രബദ്ധമായ) വിവാഹങ്ങളിൽ ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നില്ല. ചില അസുലഭസന്ദർഭങ്ങളിൽ സ്ത്രീകളെ ശാരീരികസംയോഗത്തിനുവേണ്ടിയല്ലാതെ അവരെ രക്ഷിക്കുന്നതിനുവേണ്ടിമാത്രം, വിവാഹം ചെയ്തിട്ടുള്ളതായി അറിയപ്പെടുന്നുണ്ടു്. എന്നാൽ അങ്ങനെയുള്ള സംഭവങ്ങൾ തികച്ചും വിരളമാണ്. പരിശുദ്ധമായ വിവാഹജീവിതത്തെക്കുറിച്ചു ഞാനെഴുതിയിട്ടുള്ളതെല്ലാം നിങ്ങൾ വായിക്കണം. മഹാഭാരതത്തിൽ വായിക്കുന്നതു എന്നിൽ ദിനംപ്രതി കൂടുതൽ കൂടുതൽ സ്വാധീനം ചെലുത്തിവരികയാണ്. അതിൽ വ്യാസൻ നിയോഗം അനുഷ്ഠിച്ചതായി ചിത്രീകരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. അദ്ദേഹം ഒരു സുന്ദരനായിട്ടല്ല ചിത്രീകരിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതു്; അദ്ദേഹം നേരെമറിച്ചായിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ രൂപം ഭയാനകമായിരുന്നുവത്രേ. അദ്ദേഹം ശൃംഗാരഭാവങ്ങളൊന്നും കാണിച്ചില്ല. സംയോഗം ചെയ്യുന്നതിനുമുമ്പു ശരീരമാകെ നെയ് പുരട്ടിയിരുന്നു. കാമസംതൃപ്തിക്കുവേണ്ടിയല്ല, സന്താനോത്പാദനത്തിനുവേണ്ടിയാണ് അദ്ദേഹം സംയോഗത്തിലേർപ്പെട്ടതു്. ഒരു ശിശുവുണ്ടാകണമെന്നുള്ള അഭിലാഷം തികച്ചും സ്വാഭാവികമാണ്; ആ അഭിലാഷം സാധിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ പിന്നീടു സംയോഗം ചെയ്യരുതു്.

പലരും പ്രഥമസന്താനത്തെ ധർമ്മജൻ—കർത്തവ്യബോധത്തിൽനിന്നു ജനിച്ചവൻ—എന്നും പിന്നീടുണ്ടാകുന്ന ശിശുക്കളെ കാമജർ—കാമത്തിൽനിന്നു ജനിക്കുന്നവർ എന്നുമാണു വിവരിച്ചിട്ടുള്ളതു്. അതു ലൈംഗികബന്ധത്തിന്റെ നിയമം ചുരുക്കത്തിൽ നൽകുന്നു തന്നെയുമല്ല, ദൈവമെന്നാൽ എന്താണു്, നിയമമല്ലാതെ? ദൈവത്തെ അനുസരിക്കുകയെന്നാൽ നിയമം പാലിക്കുകയെന്നാണർത്ഥം. നിങ്ങൾ ഓർക്കുക: 'യാതൊരുതരത്തിലും ഞാൻ നിയമം ലംഘിക്കുകയില്ല' എന്നു മൂന്നു പ്രാവശ്യം ഉരുവിടാൻ നിങ്ങളോടാവശ്യപ്പെടുകയുണ്ടായി. നിയമമനുസരിക്കാൻ തയാറുള്ള കുറച്ചു സ്ത്രീപുരുഷന്മാരെങ്കിലും നമുക്കുണ്ടായിരുന്നെങ്കിൽ ദൃഢാംഗരും സത്യസന്ധരുമായ സ്ത്രീപുരുഷന്മാരുടെ ഒരു വർഗംതന്നെ ഉണ്ടാകുമായിരുന്നു.

ബായെ ലൈംഗികാസക്തിയോടെ നോക്കുന്നതിൽനിന്നു വിരമിച്ചശേഷമാണു യഥാർത്ഥത്തിൽ ഞാൻ ദാമ്പത്യജീവിതം ആസ്വദിക്കാൻ തുടങ്ങിയതെന്നും ഓർമ്മിക്കുക. എന്റെ യുവത്വവും ആരോഗ്യവും ഉച്ചകോടിയിലെത്തിയ കാലത്താണു്, വിവാഹജീവിതം അതിന്റെ അംഗീകൃതാർത്ഥത്തിൽ ആസ്വദിക്കാൻ വേണ്ടത്രേ ചെറുപ്പമായിരുന്ന കാലത്താണു ഞാൻ ബ്രഹ്മചര്യപ്രതിജ്ഞയെടുത്തതു്. ഞാൻ, നാമെല്ലാവരെയുംപോലെ ഒരു വിശുദ്ധലക്ഷ്യത്തിനു വേണ്ടിയാണു ജനിച്ചിരിക്കുന്നതെന്നു ഒരു നൊടിയിടയിൽ എനിക്കു വ്യക്തമായി. ഞാൻ വിവാഹംചെയ്ത കാലത്തു് എനിക്കതറിഞ്ഞുകൂടായിരുന്നു. എന്നാൽ യഥാർത്ഥബോധമുണ്ടായപ്പോൾ ഞാൻ ഏതൊരു ലക്ഷ്യത്തിനുവേണ്ടി ജാതനായിരിക്കുന്നുവോ ആ ലക്ഷ്യത്തിനു വിധേയമായിരിക്കണമെന്നു ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു. അപ്പോൾ യഥാർത്ഥധർമമെന്താണെന്നു് എനിക്കു മനസ്സിലാകുകതന്നെ ചെയ്തു. ഈ വ്രതമെടുത്തതിന്റെശേഷം മാത്രമേ ഞങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ യഥാർത്ഥമായ ആനന്ദം കടന്നുവന്നുള്ളു. ബാ ദുർബലയാണെന്നു കാഴ്ചയിൽ തോന്നുമെങ്കിലും, ദൃഢഗാത്രയും പ്രഭാതം മുതൽ പ്രദോഷംവരെ നന്നായി പണിയെടുക്കുന്നവളുമാണു്. എന്റെ കാമസംപൂർത്തിക്കുള്ള ഒരുപകരണമായിരുന്നെങ്കിൽ അങ്ങനെ ചെയ്യുവാൻ അവൾക്കൊരിക്കലും കഴിയുമായിരുന്നില്ല.

കുറേക്കാലം ഞാൻ വിവാഹജീവിതം നയിച്ചുവെന്ന അർത്ഥത്തിൽ നോക്കുമ്പോൾ വളരെ താമസിച്ചാണു് എനിക്കു് ഒരുണർവുണ്ടായതു്. തക്കസമയത്തു ഉണർത്തപ്പെടുവാനുള്ള ഭാഗ്യം നിങ്ങൾക്കുണ്ടു്. ഞാൻ വിവാഹം ചെയ്യുമ്പോൾ സാഹചര്യങ്ങൾ അങ്ങേയററം അശുഭകരമായിരുന്നു. നിങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളമാകട്ടെ അവ അങ്ങേയററം ശുഭകരമാണു്. എങ്കിലും എനിക്കു് ഒരു കാര്യമുണ്ടായിരുന്നു. അതാണു് എന്നെ രക്ഷപ്പെടുത്തിയതു്. അതു സത്യത്തിന്റെ കവചമായിരുന്നു. അതെന്നെ കാത്തുരക്ഷിച്ചു. സത്യം എന്റെ ജീവിതത്തിന്റെ അടിത്തറതന്നെയാണു്. ബ്രഹ്മച

ത്യവും അഹിംസയും പിന്നീട് സത്യത്തിൽനിന്നാണു ജനിച്ചതു്. അതിനാൽ നിങ്ങാം എന്തുതന്നെ ചെയ്താലും അതിൽ നിങ്ങളോടും ലോകത്തോടും സത്യസന്ധരായിരിക്കുക. നിങ്ങളുടെ ചിന്തകളെ ഒളിക്കരുതു്. അവയെ വെളിപ്പെടുത്തുന്നതു ലജ്ജാകരമാണെങ്കിൽ അവയെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കുന്നതു അതിലും ലജ്ജാകരമാണു്.'

8

സന്താനലാഭമെന്ന ഏക ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടി ചെയ്യപ്പെടുന്ന ലൈംഗികസംയോഗം ബ്രഹ്മചര്യത്തിൻെറ ഏററവും ഉന്നതാദർശത്തിനു് ഒരിക്കലും നിരക്കാത്തതല്ല. പരിപൂർണബ്രഹ്മചര്യം അഥവാ വിവാഹിതബ്രഹ്മചര്യം ആദ്ധ്യാത്മികം അഥവാ ഉന്നതമായ ഒരു ജീവിതം കാംക്ഷിക്കുന്നവർക്കുള്ളതാണു് അതു് അങ്ങനെയുള്ള ജീവിതത്തിനു് ഒഴിച്ചുകൂടാൻപാടില്ലാത്തതാണു്.

സി. ലൈംഗികനിയന്ത്രണം എന്തിനു്?

9

ഒരാാം, ഒരു കയറു പാമ്പാണെന്നു തെററുധരിക്കുകയും ആ ധാരണയോടുകൂടി വിവർണനായി പലായനംചെയ്യുകയോ തൻെറ ഭാവനയിലുള്ള ആ പാമ്പിനെ തല്ലിക്കൊല്ലുവാൻ വടിയെടുക്കുകയോ ചെയ്യുന്നു. മറെറാരാാം ഒരു സഹോദരിയെ ഭാര്യയെന്നു തെററുധരിക്കുകയും അവൻെറ ഹൃദയത്തിൽ മൃഗീയവികാരം ഉദിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. തൻെറ തെററു കണ്ടുപിടിക്കപ്പെടുന്ന നിമിഷത്തിൽ ആ കാമം ശമിക്കുന്നു. 'ലൈംഗികാസക്തി, താഴെക്കിടയിലുള്ള ഒരാനന്ദമാണെന്നു കരുതി സംയമനം പാലിക്കുമ്പോാം' അതു അസഹ്യതയുണ്ടാക്കുകയും സ്നേഹത്തെ ദുർബലമാക്കുകയും ചെയ്യാനിടയുണ്ടു്. എന്നാൽ പ്രേമബന്ധം ശക്തിപ്പെടുത്തണമെന്നും അതിനെ ശുദ്ധീകരിക്കണമെന്നും വീര്യശക്തിയെ വിശിഷ്ടതരമായ മറെറാരാവശ്യത്തിനായി കരുതിവയ്ക്കണമെന്നുമുള്ള അഭിലാഷത്തോടെ ആത്മസംയമനം പാലിക്കുകയാണെങ്കിൽ പ്രകോപനങ്ങളുണ്ടാക്കുന്നതിനുപകരം അതു സമചിത്തത കൈവരുത്തുകയും, സ്നേഹബന്ധത്തെ ദുർബലപ്പെടുത്തുന്നതിനുപകരം അതിനെ ശക്തിപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യും. മൃഗീയവികാരങ്ങളിൽ മുഴുകുന്നതിനെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ള പ്രേമം അതിനെ എത്ര നന്നാക്കി പറഞ്ഞാലും സ്വാർത്ഥപരവും നേരിയ സമ്മർദത്തിൻെറ ഫലമായിപ്പോലും പൊട്ടാനിടയുള്ളതുമായ ഒരു കാര്യമാണു്. മൃഗങ്ങളുടെയിടയിൽ സംയോഗം ഒരു വിശുദ്ധകർമമല്ലാതിരിക്കെ മനുഷ്യരുടെയിടയിൽ

---

8. ഹരിജൻ, 5–6–1937 (Women pp. 65—66)
9. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ, 16–9–1926. (Self–restaint V. Self–indulgence, p. 82)

അതു് എന്തിനു് ഒരു വിശുദ്ധകർമ്മമായി പരിഗണിക്കപ്പെടണം? യഥാർത്ഥത്തിൽ അതു് എന്തായിരിക്കുന്നുവോ ആ നിലയിൽ അതായതു്, മനുഷ്യവംശത്തിന്റെ നിലനില്പിനുവേണ്ടി നാം നിസ്പൃഹായരായി ചെയ്യേണ്ടിവരുന്ന കേവലം ഒരു സന്താനോത്പാദനകർമ്മമായിമാത്രം എന്തുകൊണ്ടു പരിഗണിച്ചുകൂടാ? പരിമിതമായ ഒരു പരിധിവരെയെങ്കിലും സ്വതന്ത്രമായ ഇച്ഛാശക്തിയാലനുഗൃഹീതനായ മനുഷ്യൻമാത്രമേ സഹോദരജന്തുക്കളെക്കാൾ ശ്രേഷ്ഠതരമായ തന്റെ ജന്മോദ്ദേശ്യം സാധിക്കാൻവേണ്ടി സ്വാത്മത്യാഗമാകുന്ന മാനുഷികാധികാരം പ്രയോഗിക്കുന്നുള്ളൂ. ലൈംഗികകൃത്യം പ്രേമം നിലനിർത്തുവാനോ സമ്പന്നമാക്കുവാനോ യാതൊരുവിധത്തിലും ആവശ്യമില്ലെന്നും, അതു പ്രേമത്തിനു് ആഴം കൂട്ടുന്നില്ലെന്നും ഉള്ളതിനു അസംഖ്യം അനുഭവങ്ങൾ ഉണ്ടായിട്ടും ആ കൃത്യം സന്താനോത്പാദനത്തിനു പുറമേ, പ്രേമത്തിന്റെ വളർച്ചയ്ക്കും ആവശ്യവും ആശാസ്യവുമാണെന്നു ചിന്തിക്കാൻ നമ്മെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നതു് ശീലത്തിന്റെ ശക്തിതന്നെയാണു്. തന്നെയുമല്ല, ആത്മസംയമനത്തോടുകൂടി ആ ബന്ധം ശക്തിപ്പെടുകയാണു ചെയ്തിട്ടുള്ളതെന്നു കാണിക്കാൻ പല ഉദാഹരണങ്ങളുമുണ്ടുതാനും. ഇരുപേരുടെയും ധാർമ്മികോന്നമനത്തിനായി സ്വമനസ്സാലെ സ്വീകരിക്കപ്പെടുന്ന ഒന്നായിരിക്കണം ആത്മസംയമമെന്നുള്ളതിൽ സംശയമൊന്നുമില്ല.

10

ഇംഗ്ലീഷുവിദ്യാഭ്യാസം സിദ്ധിച്ച ഇന്ത്യാക്കാരെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഇന്ത്യയിലെ സ്ഥിതി ഇരട്ടി വിഷമകരമാണു്. സാമൂഹ്യസിദ്ധികളെ അടിസ്ഥാനമാക്കി നോക്കുമ്പോൾ ഭാര്യയും ഭർത്താവും തമ്മിലുള്ള അകൽച്ച യോജിപ്പിക്കാൻ വയ്യാത്തവിധം വിസ്തൃതമാണു്. ചില ചെറുപ്പക്കാർ തങ്ങളുടെ സമുദായത്തിൽ ഭാര്യമാർക്കു വിവാഹമോചനവും അനന്തരം പുനർവിവാഹവും അസാദ്ധ്യമാണെന്നറിയാമായിരുന്നിട്ടും, അവരെ ഉപേക്ഷിച്ചുകൊണ്ടു തങ്ങളുടെ പ്രശ്നം തൃപ്തികരമായി പരിഹരിച്ചുവെന്നു കരുതുന്നുണ്ടു്. മററു ചിലർ—ഇവരാണു് എണ്ണത്തിൽ വളരെ കൂടുതൽ—ബുദ്ധിപരമായ ജീവിതത്തിൽ ഭാര്യമാരുമായി സഹകരിക്കാതെ, തങ്ങളുടെ ഭോഗലാലസതയ്ക്കുള്ള ഉപകരണമായിമാത്രം അവരെ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നു. ഒരു ചെറിയവിഭാഗമാളുകൾ—അവരുടെ എണ്ണം ദിനംപ്രതി വർദ്ധിച്ചുവരികയാണു്—ഉദ്ദീപ്തമായ മനസ്സാക്ഷിയോടെ ഈ ധാർമ്മികവിഷമതയെ അഭിമുഖീകരിക്കുന്നു.

എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ, ലൈംഗികസംയോഗം നിയമാനുസൃതമാകുന്നതിനു ഇരുകക്ഷികളും ആഗ്രഹിക്കുമ്പോൾ മാത്രമേ അതു അനുവദിക്കപ്പെടാവൂ. തനിക്കു തൃപ്തിവേണമെന്നു നിർബന്ധി

10. യങ് ഇൻഡ്യ, 26–4–1928(Self–restaint V. Self–indulgence p·87)

ക്കുവാൻ ഏതെങ്കിലുമൊരു പങ്കാളിക്ക് അവകാശമുണ്ടെന്നു ഞാനംഗീകരിക്കുന്നില്ല. അതുപോലെതന്നെ ഭാര്യയുടെ നിർബന്ധശീലത്തിനു വഴങ്ങിക്കൊടുക്കാൻ ഭർത്താവിനു ധാർമ്മികമായ കടപ്പാടുമില്ല. എന്നാൽ ഈ വിസമ്മതം ഉടൻതന്നെ ഭർത്താവിന്റെ തോളുകളിൽ മഹത്തരവും കൂടുതൽ ഉന്നതവുമായ ചുമതലയാണു വലിച്ചുവയ്ക്കുന്നതു്. അവൻ തന്റെ ധിക്കാരപരമായ ഔന്നത്യത്തിൽനിന്നു ഭാര്യയെ അവജ്ഞയോടെ വീക്ഷിക്കാതെ തനിക്കു് ആവശ്യമായി തോന്നാത്തതു് അവളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അടിസ്ഥാനപരമായ ഒരാവശ്യമാണെന്നു വിനയപൂർവം അംഗീകരിക്കണം. അതിനാൽ അവൻ, അവളോടു് അങ്ങേയററത്തെ സൗമ്യതയോടും സ്നേഹത്തോടുംകൂടി പെരുമാറുകയും തന്റെ സഖിയുടെ ആവേശത്തെ അത്യുന്നതമായ നിലയിലുള്ള ശക്തിയാക്കി മാററുന്നതിനു തന്റെ പരിശുദ്ധിയിൽ ഉറച്ചു ആത്മവിശ്വാസം കൈവരുത്തുകയുംവേണം. അതിനാൽ അവൻ അവളുടെ യഥാർത്ഥസുഹൃത്തും, വഴികാട്ടിയും, ഭിഷഗ്വരനുമായിത്തീരണം. അവനവളെ പരിപൂർണമായി വിശ്വസിക്കുകയും അക്ഷയമായ ക്ഷമയോടുകൂടി തന്റെ പ്രവൃത്തിയുടെ ധാർമികമായ അടിസ്ഥാനവും ഭാര്യയും ഭർത്താവും തമ്മിലുണ്ടായിരിക്കേണ്ട ബന്ധത്തിന്റെ യഥാർത്ഥസ്വഭാവവും വിവാഹത്തിന്റെ ശരിയായ അർത്ഥവും അവൾക്കു വിശദീകരിച്ചു കൊടുക്കുകയും ചെയ്യണം. ഇതിനിടയിൽ മുമ്പു് അവ്യക്തമായിരുന്നതും പലതും തനിക്കു വ്യക്തമാകുന്നതായി അയാൾ കാണുകയും അയാളുടെ സംയമം യഥാർത്ഥമായിട്ടുള്ളതാണെങ്കിൽ തന്റെ പങ്കാളിയെ കൂടുതലായി തന്നോടടുപ്പിക്കാൻ അയാൾക്കു കഴിയുകയും ചെയ്യും.

....കൂടുതൽ കുട്ടികൾ വേണ്ടെന്നുള്ള ആഗ്രഹം, ലൈംഗികസംതൃപ്തിക്കു വിസമ്മതിക്കുന്നതിനുള്ള മതിയായ കാരണമാകുന്നില്ലെന്നു പറയാതിരിക്കാൻ എനിക്കു കഴിയുന്നില്ല. കൂടുതൽ ശിശുക്കളെ പോറേറണ്ടിവരുമെന്നുള്ള ഭയത്താൽമാത്രം ഒരാൾ തന്റെ ഭാര്യയുടെ സമീപനങ്ങളെ നിരസിക്കുന്നതു് ഏതാണ്ടു ഭീരുത്വമായിട്ടു തോന്നുന്നു. കുടുംബത്തിൽ അംഗങ്ങൾ എണ്ണമററു പെരുകുന്നതിന്മേൽ ഉള്ള നിയന്ത്രണം ഇരുകക്ഷികളും കൂട്ടായും ഒററയ്ക്കും ലൈംഗികാഭിലാഷം നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനു നല്ല ഒരു അടിസ്ഥാനമാണു്. എന്നാൽ അതു് ഒരാൾ സഹശയനത്തിനുള്ള മറേറയാളിന്റെ അവകാശത്തെ തടയുന്നതിനു മതിയായ കാരണമാകുന്നില്ല.

എന്നാൽ കുട്ടികളെ സംബന്ധിച്ചുള്ള ഈ അക്ഷമയെന്തിനു്? സത്യസന്ധനും കഠിനാദ്ധ്വാനിയും ബുദ്ധിമാനുമായ ഒരു മനുഷ്യനു് കുട്ടികൾ പരിമിതമാണെങ്കിൽ അവരെ പോററാൻ വേണ്ടതു സമ്പാദിക്കാൻ തീർച്ചയായും ധാരാളം സാധ്യതയുണ്ടു്. എന്നാൽ തന്റെ മുഴുവൻ സമയവും ആത്മാർത്ഥമായി രാജ്യസേവനത്തിനു വിനിയോഗിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്ന ഒരാൾക്കു് വലിയതും വളർന്നുവരുന്നതു

മായ ഒരു കുടുംബത്തെ പോററാനും അതേസമയംതന്നെ അർദ്ധപ്പട്ടിണിക്കാരായ ദശലക്ഷക്കണക്കിനു ശിശുക്കളോടുകൂടിയ ഒരു രാജ്യത്തെ സേവിക്കാനും സാധിക്കുക കുറെ വിഷമമാണെന്നു ഞാൻ സമ്മതിക്കുന്നു. ഇന്ത്യ അടിമത്തത്തിൽ കഴിയുന്നിടത്തോളംകാലം ഈ രാജ്യത്തു കുട്ടികളെ ജനിപ്പിക്കുന്നതു തെററാണെന്നുള്ള അഭിപ്രായം ഈ പംക്തികളിൽത്തന്നെ ഞാൻ കൂടക്കൂടെ പ്രകടിപ്പിച്ചിട്ടുള്ളതാണ്. അതു യുവാക്കന്മാരും യുവതികളും വിവാഹത്തിൽനിന്നു മാറിനിൽക്കുന്നതിനു നല്ലൊരു കാരണമാണെങ്കിലും ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാരിലൊരാൾ മറേറയാളിനു ലൈംഗികമായ സഹകരണം നിരസിക്കുന്നതിനു മതിയായ കാരണമാകുന്നില്ല. എന്നാൽ ശുദ്ധമായ മതത്തിൻെറ അത്യുന്നതമായ അടിസ്ഥാനത്തിൽ ബ്രഹ്മചര്യത്തിനുള്ള ആഹ്വാനം അനുപേക്ഷണീയമായിത്തീരുമ്പോൾ ആ സഹകരണം നിയമപരമായിത്തന്നെ വിസമ്മതിക്കാം; അല്ല, വിസമ്മതിക്കേണ്ടതു് ഒരു കർത്തവ്യമായിത്തീരുന്നു. അങ്ങനെയുള്ള ഒരാഹ്വാനം യഥാർത്ഥത്തിൽ ഉണ്ടാവുമ്പോൾ അതിൻെറ ആരോഗ്യകരമായ പ്രത്യാഘാതം പങ്കാളിയിലും ഉണ്ടാകും. എന്നാൽ അതു തക്കസമയത്തു് അങ്ങനെയൊരു പ്രത്യാഘാതമുളവാക്കുന്നില്ലെന്നു കരുതുക. അങ്ങനെയായാൽപ്പോലും ഒരാളിൻെറ പങ്കാളിയുടെ ജീവനോ സുബോധമോ നഷ്ടപ്പെട്ടുമെന്നിരുന്നാൽത്തന്നെയും സംയമനത്തിൽ മുറുകെപ്പിടിക്കേണ്ടതു് ഒരു ചുമതലയാണ്. ബ്രഹ്മചര്യം സത്യത്തിനുവേണ്ടിയുള്ളതോ അഥവാ തൻെറ പങ്കാളിക്കു വേണ്ടിയുള്ളതോ ആയ ത്യാഗത്തിൽ ഒട്ടും കുറവല്ലാത്ത ധീരോചിതമായ ത്യാഗങ്ങൾ ആവശ്യപ്പെടുന്നു. മുകളിൽ പ്രകടിപ്പിച്ച എൻെറ അഭിപ്രായത്തിൻെറ വെളിച്ചത്തിൽ എൻെറ വാദമുഖത്തിനാധാരമായ ജീവിതവീക്ഷണത്തിൽ യാതൊരു സ്ഥാനവുമില്ലാത്ത കൃത്രിമ ജനനനിയന്ത്രണം അധാർമ്മികമായ ഒരു പ്രവൃത്തിയാണെന്നു പ്രസ്താവിക്കേണ്ടയാവശ്യമേയില്ല.

11

ലോകമെങ്ങുമുള്ള എല്ലാ വിവാഹങ്ങൾക്കും പൊതുവായിട്ടുള്ള ഒരു കാര്യം, ദമ്പതികൾക്കു് ഒരു പൊതുമുറിയും ഒരു പൊതുകിടക്കയുമുണ്ടെന്നുള്ളതാണ്. ദമ്പതികൾ ഒരേ മുറിയിൽ ഒരേ കിടക്കയിൽ കിടക്കണമെന്നു മതത്തിൻെറ അംഗീകാരമുള്ള ഒരന്ധവിശ്വാസമുണ്ട്. ഇതാണ്, നമുക്ക്——പുരുഷന്മാർക്കായാലും സ്ത്രീകൾക്കായാലും——സ്വഭാവലീനമായുള്ള വിഷയാസക്തിക്കു കുറെയധികം കാരണം എന്നതിനു സംശയമില്ല. അതു ഒരു പ്രത്യേക മാനസികാവസ്ഥതന്നെ സംജാതമാക്കി. ആ അന്ധവിശ്വാസമുളവാക്കിയ അന്തരീക്ഷത്തിൽ ജീവിക്കുന്ന നമുക്കു് ആ മാനസികാവസ്ഥയുടെ നശീകരണഫലം എത്രയെന്നു കണക്കെടുക്കാൻ വിഷമകരമാണ്.

---

11. യങ്ഇൻഡ്യ, 27-9-1928 (Self-restraint V. Self-indulgence, pp. 93-94)

ഇന്നുമുതൽ രാത്രിയിൽ തങ്ങൾ ഒന്നിച്ചു ഒരേ കിടക്കയിലോ ഒരേ മുറിയിലോ കഴിക്കുകയില്ലെന്നും, മനുഷ്യനും മൃഗത്തിനും ലൈംഗിക ബന്ധം ഏതൊരു മഹത്തായ കാര്യത്തിനാണോ ഉദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതു്, അതിനായിട്ടു മാത്രമല്ലാതെ ലൈംഗികസമ്പർക്കത്തിലേർപ്പെടുകയില്ലെന്നും ഓരോ ഭാര്യയും ഭർത്താവും ദൃഢനിശ്ചയം ചെയ്യട്ടെ. മൃഗങ്ങൾ സദാപി ആ നിയമം ശരിക്കു പാലിക്കുന്നുണ്ടു്. എന്നാൽ മനുഷ്യൻ, തെരഞ്ഞെടുക്കാനുള്ള സന്ദർഭം കിട്ടിയപ്പോൾ അരുതാത്തതു തെരഞ്ഞെടുത്തു പരിതാപകരമാം വണ്ണം തെററുചെയ്തു. ഗർഭനിരോധനവുമായി തങ്ങൾക്കു് ഒരു കാര്യവുമില്ലെന്നു് എല്ലാ സ്ത്രീകൾക്കും പ്രഖ്യാപിക്കാം. ലൈംഗികാത്തി ശമിപ്പിക്കുന്നതിൽനിന്നു മാറി നിൽക്കുന്നതു്, മനസ്സു് ശരീരവുമായി സഹകരിക്കുന്നപക്ഷം, രോഗത്തിലല്ല, ആരോഗ്യത്തിലും ഊർജ്ജസ്വലതയിലുമാണു പര്യവസാനിക്കുന്നതെന്നു് സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ മനസ്സിലാക്കണം. സ്ത്രീപുരുഷബന്ധത്തെ നാം കൂടുതൽ പരിശുദ്ധവും ആരോഗ്യകരവുമായ വെളിച്ചത്തിൽ കാണുകയും, സ്വയം ഭാവിതലമുറയുടെ ധാർമ്മിക സുസ്ഥിതിക്കുള്ള ട്രസ്റ്റിമാരായി വീക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ, ഇന്നത്തെ കഷ്ടപ്പാടുകളിൽ വലിയൊരു ഭാഗം ഒഴിവാക്കാമെന്നുള്ളതിൽ യാതൊരു സംശയവുമില്ല.

12

രാവിലെയും വൈകുന്നേരവുമുള്ള സഞ്ചാരവേളകളിൽ, ഖാൻ സാഹെബ് അബ്ദുൾ ഗാഫർഖാനും ഞാനും, പലപ്പോഴും ഞങ്ങൾക്കു പൊതുവെ താല്പര്യമുള്ള വിഷയങ്ങളെക്കുറിച്ചു സംസാരിക്കാറുണ്ടു്. അതിർത്തിപ്രദേശങ്ങളിൽ കാബൂളും അതിനപ്പുറവുംവരെ സഞ്ചരിക്കുകയും അതിർത്തിവർഗക്കാരെ നന്നായി മനസ്സിലാക്കുകയും ചെയ്തിട്ടുള്ള അദ്ദേഹം അവരുടെ ആചാരമര്യാദകളെക്കുറിച്ചു പലപ്പോഴും എന്നോടു സംസാരിച്ചിട്ടുണ്ടു്. നാഗരികത സ്പർശിച്ചിട്ടുപോലുമില്ലാത്ത ഈ ഗോത്രവർഗ്ഗക്കാർ, പ്രധാനമായും ചോളവും, ബാർലിയുംകൊണ്ടുണ്ടാക്കുന്ന റൊട്ടി, നവധാന്യങ്ങൾ എന്നിവയും ചിലപ്പോൾ തയിരുമാണു കഴിക്കുന്നതു് എന്നദ്ദേഹം പറയുന്നു. ചുരുക്കമായിട്ടേ, അവർക്കു മാംസം ലഭിക്കാറുള്ളു. സുപ്രസിദ്ധമായ അവരുടെ ശരീരദാർഢ്യത്തിനുള്ള കാരണം, തുറസ്സായ സ്ഥലത്തെ അവരുടെ ജീവിതവും ഉന്മേഷകരമായ കാലാവസ്ഥയുമാണെന്നത്രേ എനിക്കു ധരിക്കാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടുള്ളതു്. ഖാൻ സാഹെബ് ഉടനെ പറഞ്ഞു: 'അതുമാത്രമല്ല, അവരുടെ ശക്തിയുടെ രഹസ്യം സ്ഥിതിചെയ്യുന്നതു്, കളങ്കമററ അവരുടെ ജീവിതത്തിലാണു്. പരിപൂർണ വളർച്ചയെത്തിയശേഷമേ, അവർ, സ്ത്രീകളും പുരുഷന്മാരും, വിവാഹിതരാകാറുള്ളു. ദമ്പതികളുടെ വിശ്വാസ

---

12. ഹരിജൻ, 10–4–1937 (Self-restraint V. Self-indulgence. p.129)

വഞ്ചന, വ്യഭിചാരം, അവിവാഹിതരുടെ പ്രേമം എന്നിവ പ്രവൃത്തിയിൽ അവിടെ അജ്ഞാതമാണ്. വിവാഹബന്ധത്തിനു പുറമേയുള്ള സംഭോഗത്തിനു മരണമാണു ശിക്ഷ. തെറ്റുകാരന്റെ ജീവനെടുക്കാൻപോലും, ഉപദ്രവിക്കപ്പെട്ടവനു് അവകാശമുണ്ട്.'

അദ്ദേഹം വിവരിക്കുന്നതുപോലെ, അവരുടെ ജീവിതവിശുദ്ധി, ഇത്ര സാർവത്രികമാണെങ്കിൽ. മനസ്സിരുത്തി പഠിക്കേണ്ട ഒരു പാഠമാണ് അത്ു് ഇന്ത്യാക്കാരായ നമുക്കു ദാനം ചെയ്യുന്നത്. തങ്ങളുടെ ഒന്നാന്തരം ആരോഗ്യത്തിനു് ആ ഗോത്രവർഗക്കാർ, പ്രധാനമായും തങ്ങളുടെ ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹത്തോടാണു കടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതെങ്കിൽ, അവിടെ മനസ്സും ശരീരവും തമ്മിൽ പരിപൂർണ സഹകരണമുണ്ടായിരിക്കണമെന്നു് ഞാൻ സൂചിപ്പിച്ചു. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ, മനസ്സ് ലൈംഗിക സംതൃപ്തിക്കുവേണ്ടി ദാഹിക്കുകയും ശരീരമതിനെ എതിർക്കുകയും ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ, ശരീരം തളർന്നതാറുമാറാകത്തക്കവണ്ണം വീര്യശക്തി വളരെയധികം നഷ്ടപ്പെട്ടും. അതു നീതിപൂർവകമായ ഒരു നിഗമനമാണെന്നും തനിക്കു തീരുമാനിക്കാൻ കഴിഞ്ഞിടത്തോളം അവിടെ യുവതീയുവാക്കന്മാർ, വിവാഹത്തിനു വെളിയിൽ ലൈംഗിക സംതൃപ്തിക്കു് ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ലെന്നു തോന്നത്തക്കവിധം ആ അതിർത്തിവർഗക്കാർക്ക് ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹം പരിചിതമാണെന്നു തനിക്കു തോന്നിയെന്നും അദ്ദേഹം സമ്മതിച്ചു. ഗോത്രപ്രദേശങ്ങളിലെ സ്ത്രീകൾ ഒരിക്കലും പർദാസമ്പ്രദായം പാലിക്കുന്നില്ലെന്നും അവർക്കു വ്യാജമായ ലജ്ജാഭിനയമില്ലെന്നും സ്ത്രീകൾ, നിർഭയം സ്വതന്ത്രരായി എവിടെയും സഞ്ചരിക്കുമെന്നും പുരുഷസംരക്ഷ ആവശ്യമാകുയോ തേടുകയോ ചെയ്യാതെ തങ്ങളുടെ മാനം കാക്കാനുള്ള കഴിവു് അവർക്കുണ്ടെന്നും അദ്ദേഹം എന്നോടു പറഞ്ഞു. എന്നാൽ അവിശ്വസ്തതയെയും വ്യഭിചാരത്തെയും ഏറെക്കുറെ അലക്ഷ്യമായി വീക്ഷിക്കുകയും ആചാരലംഘനത്തിനു പ്രത്യേക ശിക്ഷയില്ലാതിരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന പരിഷ്കൃതമായ അഥവാ മൃദുലമായ ജീവിതവുമായി കുന്നുകളിൽനിന്നുള്ള ഈ സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ സംസർഗം ചെയ്യാനിടയാകുമ്പോൾ, യുക്തിയിലോ പ്രബുദ്ധമായ വിശ്വാസത്തിലോ അധിഷ്ഠിതമല്ലാത്ത ഈ ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹം തകർന്നുപോകുന്നുണ്ടെന്നു് ഏതായാലും, ഖാൻ സാഹേബ് സമ്മതിക്കുന്നുണ്ട്. ഇവിടെ ഞാൻ ചർച്ചചെയ്യാൻ പാടില്ലാത്ത ചില ചിന്തകൾക്കു് ഇതു കാരണമാകുന്നുണ്ട്. ഞാൻ ഇതെഴുതുന്നതിന്റെ ഉദ്ദേശ്യം, ഈ ഗോത്രവർഗ്ഗക്കാരെ ഖാൻ സാഹേബ് അറിയുന്നതുപോലെതന്നെ അടുത്തറിയുന്നവരിൽനിന്നു് ഈ വിവരത്തിനു സമർത്ഥനവും കൂടുതൽ വിവരങ്ങളും ലഭിക്കാൻ ശ്രമിക്കുകയാണ്. ഈ ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹം ഗോത്രവർഗക്കാർക്ക്, ഖാൻ സാഹേബ് കരുതുന്നതുപോലെ, സ്വാഭാവികമായിത്തീർന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ, നമുക്കും അതുപോലെതന്നെ സ്വാഭാവികമായിത്തീരും എന്നു് ഈ സമതലവാസികളായ യുവതീയുവാക്കളോടു

നിർദേശിക്കുകയും എന്റെ ഉദ്ദേശ്യമാണ്. ഇതിന്, നാം നമ്മുടെ ചിന്താലോകത്തു് സദ്വിചാരങ്ങളെ കുടിയിരുത്തുകയും അതിക്രമിച്ചുകടക്കുന്ന ദുർവിചാരങ്ങളെ കർശനമായി നിയന്ത്രിക്കുകയും ചെയ്യണമെന്നുമാത്രം. സദ്വിചാരങ്ങൾ ധാരാളമായി പാർപ്പുറപ്പിക്കുകയാണെങ്കിൽ, അതിക്രമിച്ചുകടന്നവർ കൂട്ടത്തോടെ പുറംതള്ളപ്പെട്ടമെന്നുള്ളതിൽ സംശയമൊന്നുമില്ല. ഈ പ്രക്രിയയ്ക്കു ധീരത ആവശ്യമാണ്. എന്നാൽ ദുർബല ഹൃദയർക്കു് ആത്മസംയമം ഒരിക്കലും ഉണ്ടാവില്ല. അതു പ്രാർത്ഥനയുടേയും ഉപവാസത്തിന്റേയും രൂപത്തിലുള്ള ജാഗ്രതയുടെയും നിരന്തരപരിശ്രമത്തിന്റെയും മനോഹരഫലമാണ്. പ്രാർത്ഥന, നിഷ്ഫലമായ ഉരുവിടലോ ഉപവാസം വെറും പട്ടിണികിടക്കലോ അല്ല. വിശ്വാസംകൊണ്ടു് ഈശ്വരനെ ശരിക്കു മനസ്സിലാക്കുന്ന ഹൃദയത്തിൽനിന്നുണ്ടാകേണ്ടതാണു പ്രാർത്ഥന. ഉപവാസം, ദുഷിച്ചതോ ദ്രോഹകരമോ ആയ ചിന്തകളിലോ നടപടികളിലോ നിന്നും ഭക്ഷണത്തിൽനിന്നുമുള്ള നിവർത്തനമാണ്. മനസ്സ്, രുചിയേറിയ അനേകം ഭക്ഷ്യവിഭവങ്ങളെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കുമ്പോൾ ശരീരത്തെമാത്രം പട്ടിണിക്കിടുന്നതു പ്രയോജനശൂന്യമെന്നല്ല അതിനുമപ്പുറമാണ്.

13

ഒരു യുവാവു് എനിക്കൊരു കത്തയയ്ക്കുകയുണ്ടായി. അതു സംഗ്രഹരൂപത്തിലേ ഇവിടെ നൽകുവാൻ കഴികയുള്ളൂ. അതിങ്ങനെയാണ്:

'ഞാൻ വിവാഹിതനാണ്. ഞാൻ ഒരു വിദേശരാജ്യത്തേക്കു പോയിരുന്നു. ഞാനും എന്റെ മാതാപിതാക്കളും പരിപൂർണമായി വിശ്വസിച്ചിരുന്ന ഒരു സുഹൃത്തു് എനിക്കുണ്ടായിരുന്നു. എന്റെ അഭാവത്തിൽ, അയാൾ എന്റെ ഭാര്യയെ ദുഷിപ്പിക്കുകയും തൽഫലമായി അവളിപ്പോൾ ഗർഭിണിയാകുകയും ചെയ്തു. ആ പെൺകുട്ടി ഗർഭഛിദ്രം നടത്തണമെന്നു് എന്റെ പിതാവു ശഠിക്കുന്നു. അല്ലെങ്കിൽ കുടുംബത്തിനു മാനക്കേടു സംഭവിക്കുമെന്നാണു് അദ്ദേഹത്തിന്റെ നിലപാടു്. അങ്ങനെ ചെയ്യുന്നതു തെററാണെന്നു് എനിക്കു തോന്നുന്നു. ആ പാവപ്പെട്ട സ്ത്രീ പശ്ചാത്താപഗ്രസ്തയായിരിക്കുന്നു. ഭക്ഷണപാനീയങ്ങളിൽ ശ്രദ്ധിക്കുകപോലും ചെയ്യാതെ, അവൾ കരഞ്ഞുകൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു. ഈ സാഹചര്യത്തിൽ എന്റെ ചുമതലയെന്താണെന്നു് അങ്ങുപദേശിക്കുമോ?'

വളരെ സങ്കോചത്തോടെയാണു് ഞാൻ ഈ കത്തു പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നതു്. എല്ലാവർക്കും അറിയാവുന്നതുപോലെ, സമുദായത്തിൽ ഇങ്ങനെയുള്ള സംഭവങ്ങൾ അസാധരണമല്ല. അതിനാൽ ഈ വിഷയത്തെക്കുറിച്ചു് നിയന്ത്രിതമായ ഒരു പരസ്യചർച്ച അസ്ഥാനത്തായിരിക്കുമെന്നു് എനിക്കു തോന്നുന്നില്ല.

---

13. യങ് ഇൻഡ്യ, 3–1–1929 (Women, p.73)

ഗർഭച്ഛിദ്രം കുററകരമാണെന്നു് എനിക്കു പകൽവെളിച്ചംപോലെ വ്യക്തമാണു്. ഈ പാവപ്പെട്ട യുവതിക്കു നേരിട്ടതുപോലെയുള്ള വീഴ്ചയ്ക്കു് അസംഖ്യം ഭർത്താക്കന്മാരും വിധേയരാണു്. പക്ഷേ, ആരും അവരെ ചോദ്യം ചെയ്യുന്നില്ല. സമുദായം അവരോടു ക്ഷമിക്കുന്നുവെന്നു മാത്രമല്ല, അവരെ ആക്ഷേപിക്കുകപോലും ചെയ്യുന്നില്ല. അത്രയുമല്ല, പുരുഷനു തന്റെ പാപം വിജയകരമായി ഒളിക്കാൻ കഴിയുമ്പോഠം സ്ത്രീയ്ക്കു് അവളുടെ ലജ്ജയെ മറയ്ക്കാൻ കഴിയുന്നില്ല.

ഈ സ്ത്രീ നമ്മുടെ സഹതാപമർഹിക്കുന്നു. തന്റെ സർവകഴിവുമനുസരിച്ചുള്ള എല്ലാ സ്നേഹത്തോടും വാത്സല്യത്തോടുംകൂടി ആ ശിശുവിനെ വളർത്തേണ്ടതും സ്വപിതാവിന്റെ ഉപദേശത്തിനു വഴങ്ങാതിരിക്കേണ്ടതും ആ ഭർത്താവിന്റെ വിശുദ്ധ കർത്തവ്യമാണു്. അയാഠം തന്റെ ഭാര്യയോടൊന്നിച്ചു തുടർന്നു ജീവിക്കണമോയെന്നുള്ളതു് ഒരു കുഴഞ്ഞ പ്രശ്നമാണു്. സാഹചര്യങ്ങഠം അവളിൽനിന്നു പിരിയാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടേക്കാം. അങ്ങനെയാണെങ്കിൽ, അവഠംക്കു ജീവിതച്ചെലവും വിദ്യാഭ്യാസവും നൽകുകയും ശുദ്ധമായ ജീവിതം നയിക്കാൻ അവളെ സഹായിക്കുകയും ചെയ്യേണ്ടതു് അയാളുടെ കടമയാണു്. അവളുടെ പശ്ചാത്താപം, യഥാർത്ഥവും ആത്മാർത്ഥവുമാണെങ്കിൽ, അയാളതു സ്വീകരിക്കുന്നതിൽ എന്തെങ്കിലും തെററുള്ളതായി എനിക്കു തോന്നുന്നില്ല. തന്നെയുമല്ല, തെററു ചെയ്തുപോയ ഭാര്യ, അവളുടെ തെററിനു പ്രായശ്ചിത്തം ചെയ്തു് അതിൽനിന്നു വിമുക്തയാകുമ്പോഠം, അവളെ സ്വീകരിക്കേണ്ടതു ഭർത്താവിന്റെ വിശുദ്ധകർത്തവ്യമായിത്തീരുന്ന ഒരു സ്ഥിതിയും എനിക്കു സങ്കൽപ്പിക്കുവാൻ കഴിയുന്നുണ്ടു്.

14

വ്യഭിചാരം ലോകത്തോളംതന്നെ പ്രാചീനമാണു്; എന്നാൽ, ഇന്നത്തെപ്പോലെ അതു് എന്നെങ്കിലും നഗരജീവിതത്തിന്റെ ഒരു നിരന്തര സ്വഭാവമായിരുന്നോയെന്നു് ഞാൻ അത്ഭുതപ്പെടുകയാണു്. ഏതായാലും മനുഷ്യവർഗം മുഴുവൻ ആ ശാപത്തിനെതിരായി ഉയരുകയും ചിരകാല പ്രാബല്യമുണ്ടായിരുന്ന മററുപല അനാചാരങ്ങളേയും ഇല്ലായ്മ ചെയ്തതുപോലെ, ഇതിനെയും കഴിഞ്ഞ കാലത്തെ ഒരു സംഭവമാക്കി മാററുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരു കാലം വരുമെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു.

---

14. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ, 28–5–1925. (India of My Dreams, p. 229)

അദ്ധ്യായം മൂന്ന്
ജനനനിയന്ത്റണം

എ. ആത്മനിയന്ത്രണംവഴി ജനനനിയന്ത്രണം

1. ജനനനിയന്ത്രണത്തിന്റെ ആവശ്യകത

1

ലോകം അതിന്റെ നിലനില്പിന്ന സന്തത്യത്പാദനത്തെയാണാശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നത്. ലോകം ഈശ്വരന്റെ കളിസ്ഥലവും അദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രതാപത്തിന്റെ ഒരു പ്രതിഫലനവുമാകയാൽ ലോകത്തിന്റെ ക്രമാനുഗതമായ വളർച്ചയ്ക്കു സന്താനോത്പാദനക്രിയ നിയന്ത്രിക്കപ്പെടണം![1]

2

തത്ക്കാലം വിവാഹം ചെയ്യാതെയിരിക്കുകയെന്നർത്ഥത്തിൽ മാത്രം ബ്രഹ്മചര്യത്തെക്കുറിച്ചു പ്രതിപാദിക്കാമെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു. ആദ്ധ്യാത്മികമായ പരിപൂർണ്ണത പ്രാപിക്കുന്നതിന്നു മനസാ, വാചാ, കർമ്മണാ, തികച്ചും ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹം സാധിച്ച ഒരു ജീവിതമാവശ്യമാണെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. അങ്ങനെയുള്ള ആളുകളില്ലാത്ത രാഷ്ട്രം അത്രയ്ക്കു ദരിദ്രമാണ്. എന്നാൽ ഇവിടെ എന്റെയുദ്ദേശ്യം ദേശീയമായ പരിവർത്തനത്തിന്റെ ഈ ഘട്ടത്തിൽ ഒരു തത്ക്കാലികാവശ്യമെന്ന നിലയിൽ ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്നു വേണ്ടി വാദിക്കുകയാണ്.

നമ്മുടെ ജനലക്ഷങ്ങളുടെയിടയിൽ സാധാരണയിൽക്കവിഞ്ഞു രോഗവും ദാരിദ്ര്യവുംനിർദ്ധനത്വവും എന്നുവേണ്ട മുഴപ്പട്ടിണിതന്നെയും നിലവിലിരിക്കുന്നു. അടിമത്തത്തിൽ ചവിട്ടി അരയ്ക്കപ്പെടുകയാണ്. എന്നാൽ നമ്മിൽ പലരും അതു് ആ നിലയിൽ സമ്മതിക്കാൻ വിസമ്മതിക്കുകയും, സാമ്പത്തികവും മാനസികവും ധാർമ്മികവുമായ ശോഷണമാകുന്ന ത്രിമുഖശാപത്തിന്നു വിധേയരായിട്ടും നമ്മുടെ അവസ്ഥ ക്രമപ്രവൃദ്ധമാകുന്ന സ്വാതന്ത്ര്യത്തിന്റേതാണെന്നു തെറ്റുധരിക്കുകയും ചെയ്യത്തക്കവണ്ണം അത്രയും സൂക്ഷ്മമായ ഒരു രീതിയിലാണ് ഇതു സംഭവിക്കുന്നതു്. നിരന്തരം വളർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന പട്ടാളച്ചെലവും, ലങ്കാഷയർ തുണിവ്യവസായംപോലെയുള്ള ബ്രിട്ടീഷുതാൽപര്യങ്ങൾക്ക് ആദായമുണ്ടാക്കത്തക്കവണ്ണം മനഃപൂർവം ആസൂത്രണം ചെയ്യപ്പെട്ടിട്ടുള്ള ഒരു സാമ്പത്തികനയവും ഭരണകൂടത്തിന്റെ വിവിധ വകുപ്പുകൾ നടത്തുന്ന ധൂർത്തേറിയ രീതിയും കൂടിച്ചേർന്നു് ഇന്ത്യയുടെ ദാരിദ്ര്യത്തെ കൂടുതൽ അഗാധമാക്കു-

1. An Autobiography, p. 251
2. യങ് ഇൻഡ്യ, 13-10-1920 (Self-restraint V. Self-indulgence, pp. 71—73)

കയും, രോഗങ്ങളെ തടയുന്നതിനുള്ള അവളുടെ കഴിവിനെ കുറയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരു നികുതിഭാരമായിത്തീർന്നിരിക്കുന്നു ഗോഖലെയുടെ വാക്കുകളിൽ പറഞ്ഞാൽ നമ്മിൽ ഏറ്റവും വലിയവൻപോലും കുനിയേണ്ടിവരത്തക്കവിധം ഇന്നത്തെ ഭരണരീതി ദേശീയാഭിവൃദ്ധിയെ മുരടിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നു. അമൃതസരസ്സിൽ ഇന്ത്യ കമഴ്ന്നു കിടന്നു് ഇഴയുവാൻപോലും നിർബന്ധിതയായി. പഞ്ചായത്തിന്റെനേരെ കരുതിക്കൂട്ടിച്ചെയ്ത അവമാനവും ഇന്ത്യൻമുസൽമാന്മാരോടു ചെയ്ത വാഗ്ദാനം ധിക്കാരപൂർവം ലംഘിച്ചതിനു ക്ഷമാപണം ചെയ്യുന്നതിനുള്ള വിസമ്മതവും ഈ ധാർമികരോഷണത്തിനു് ഏററവും ഒടുവിലുണ്ടായ ഉദാഹരണങ്ങളാണു്. അവ നമ്മുടെ ആത്മാവിനെത്തന്നെ വേദനപ്പെടുത്തുന്നു. ഈ രണ്ടു തെററുകൾക്കും നാം കീഴ്പ്പെടുകയാണെങ്കിൽ നമ്മെ നിർവീര്യരാക്കുന്ന പരിപാടി പൂർത്തിയാകും.

ഈ സാഹചര്യങ്ങളെല്ലാമറിയാവുന്ന നാം മേൽ വിവരിച്ചതുപോലെ ഇത്ര അവമാനകരമായ ഒരു അന്തരീക്ഷത്തിലേക്കു ശിശുക്കളെ ജനിപ്പിക്കുന്നതു ശരിയാണോ? നിസ്സഹായതയും രോഗവും ദാരിദ്ര്യവും നമുക്കനുഭവപ്പെടുകയും അങ്ങനെതന്നെ തുടരുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ സന്താനോല്പാദനക്രിയയും തുടരുകയാണെങ്കിൽ നാം അടിമകളേയും ദുർബലരേയും വർദ്ധിപ്പിക്കുക മാത്രമാണു ചെയ്യുന്നതു്. ഇന്ത്യ ഒഴിവാക്കുന്ന ദാരിദ്ര്യം മാററുന്നതിനുള്ള പ്രാപ്തിയും, ക്ഷാമകാലത്തു തന്നത്താൻ പോററാൻ വേണ്ടത്ര കഴിവും മലമ്പനി, വിഷൂചിക, വിഷപ്പനി ആദിയായ മഹാമാരികൾ നേരിടുന്നതിനുള്ള വിജ്ഞാനവും സമ്പാദിച്ച ഒരു സ്വതന്ത്രരാഷ്ട്രം ആയിത്തീരുന്നതുവരെ സന്താനങ്ങളെ ജനിപ്പിക്കാൻ നമുക്കവകാശമില്ല. ഈ നാട്ടിലെ ജനങ്ങളെക്കുറിച്ചു കേൾക്കുമ്പോൾ എനിക്കുണ്ടാകുന്ന സന്താപത്തെ ഞാൻ വായനക്കാരിൽനിന്നു മറച്ചുവയ്ക്കുകയില്ല. സ്വമനസ്സാലെയുള്ള ആത്മസംയമനംമൂലം സന്താനോത്പാദനം നിർത്തിവയ്ക്കുന്നതിനുള്ള സാദ്ധ്യതയെക്കുറിച്ചു കൊല്ലങ്ങൾ തുടർച്ചയായി സംതൃപ്തിയോടെ ഞാൻ പര്യാലോചിച്ചുവെന്നു് ഏററുപറയട്ടെ, ഇന്നു് ഇപ്പോഴുള്ള ജനങ്ങളെത്തന്നെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനു് ഇന്ത്യയുടെ ഇന്നത്തെ കഴിവു് അപര്യാപ്തമാണു്. നമ്മുടെ ജനസാന്ദ്രത കൂടിയതല്ല അതിന്റെ കാരണം, നേരേമറിച്ചു് അവരുടെ വിഭവസമ്പത്തിനെ അടിക്കടി ചൂഷണം ചെയ്യുകയെന്ന സിദ്ധാന്തത്തോടുകൂടിയ വിദേശികൾക്കു വിധേയയായിരിക്കാൻ നിർബദ്ധയാണു് ഇന്ത്യ എന്നതാണു്.

സുശക്തമായ ഒരു ഭരണകൂടവുമായി നാം ഒരു മരണപ്പിടുത്തത്തിലേർപ്പെട്ടിരിക്കുമ്പോൾ ശാരീരികവും ഭൗതികവും ധാർമ്മികവും ആദ്ധ്യാത്മികവുമായ മുഴുവൻ ശക്തിയും നമുക്കാവശ്യമാണു്, മററെല്ലാററിനേക്കാളുമുപരി നാം വിലമതിക്കേണ്ടതായ ഒന്നിനെ നാം നിയന്ത്രിച്ചില്ലെങ്കിൽ നമുക്കതു നേടാൻ കഴിയുകയില്ല. ഈ വ്യക്തിപര

മായ ജീവിതശുദ്ധിയില്ലാതെ, നാം അടിമകളുടെ ഒരു രാഷ്ട്രമായി അവശേഷിക്കുകയേയുള്ളൂ. ഇന്നത്തെ ഭരണസമ്പ്രദായം അഴിമതി നിറഞ്ഞതാണെന്നു നാം കരുതുന്നതിനാൽ വ്യക്തിപരമായ പരിശുദ്ധിക്കുവേണ്ടിയുള്ള ഒരു മത്സരത്തിലെ പ്രതിയോഗികളെന്ന നിലയിൽ ഇംഗ്ലീഷുകാരുടെ നേരെ അവജ്ഞ പ്രദർശിപ്പിക്കണം എന്നുള്ള ചിന്തയാൽ നാം സ്വയം വഞ്ചിതരാകാതിരിക്കണം. അടിസ്ഥാനപരമായ ഗുണങ്ങളുടെ ആദ്ധ്യാത്മികപ്രദർശനങ്ങളൊന്നും നടത്താതെ ശാരീരികമായ നിലയിലെങ്കിലും ധാരാളമായി അവരതു് ആചരിക്കുന്നുണ്ടു്. അവരുടെ രാജ്യത്തിലെ രാഷ്ട്രീയരംഗത്തു പ്രവർത്തിക്കുന്നവരുടെയിടയിൽ നമ്മുടെയിടയിലുള്ളതിനെക്കാൾ കൂടുതൽ അവിവാഹിതരായ പുരുഷന്മാരും നിത്യകന്യകകളുമുണ്ടു്. നാട്ടിലെ രാഷ്ട്രീയജീവിതത്തിൽ യാതൊരു മുദ്രകളും പതിക്കാത്ത കന്യാസ്ത്രീകളൊഴിച്ചാൽ നമ്മുടെയിടയിൽ ആജീവനാന്തകന്യകമാർ വല്ലതാണ്ടു് ഇല്ലെന്നു പറയാം. എന്നാൽ യൂറോപ്പിൽ ആയിരക്കണക്കിനാളുകൾ നിത്യബ്രഹ്മചര്യം ഒരു പൊതുഗുണമായി കരുതിപ്പോരുന്നു.

3

എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം വിവാഹജീവിതത്തിലെ ബ്രഹ്മചര്യം ഇപ്പോൾ അതിൻേറതായ സ്വാഭാവികവും അനിവാര്യവുമായ നിലയെ പ്രാപിക്കുകയും വിവാഹംപോലെതന്നെ ലളിതമായ ഒരു വസ്തുതയായിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നു. മറേറതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള ജനനനിയന്ത്രണം ഉപയോഗശൂന്യവും അചിന്ത്യവുമായി തോന്നുന്നു. ജനനേന്ദ്രിയത്തിൻെറ ഏകവും വിശിഷ്ടവുമായ ജോലി ഉത്പാദനമാണെന്നുള്ള ആശയം സ്ത്രീപുരുഷന്മാരിലുണ്ടായിക്കഴിഞ്ഞാൽ മറേറതെങ്കിലും ഉദ്ദേശ്യത്തോടു കൂടിയ സംയോഗം ബീജദ്രവത്തിൻെറ കുററകരമായ ഒരു ദുർവിനിയോഗമായും സ്ത്രീപുരുഷന്മാർക്കു് അനന്തരമുണ്ടാകുന്ന ഉദ്വേഗം അമൂല്യശക്തിയുടെ അത്രതന്നെ കുററകരമായ ദുരുപയോഗമായും അവർ കരുതും. അതിപുരാതനകാലത്തെ ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ ബീജദ്രവത്തിനു് ഇത്രയധികം പ്രാധാന്യം കല്പിക്കുകയും സമുദായത്തിൻെറ ഗുണത്തിനുവേണ്ടി അതിനെ ശക്തിയുടെ അത്യുന്നതാകാരമായി രൂപാന്തരപ്പെടുത്തണമെന്നു നിർബന്ധിക്കുകയും ചെയ്തതെന്തിനെന്നു മനസ്സിലാക്കാൻ ഇപ്പോൾ വിഷമമില്ല. തൻെറ ലൈംഗികശക്തിയുടെമേൽ പൂർണ്ണനിയന്ത്രണം നേടിയ ഒരാൾ ശാരീരികമായും മാനസികമായും ആദ്ധ്യാത്മികമായും സ്വയം ബലപ്പെടുത്തുമെന്നും മറേറതൊരു മാർഗത്തിലും അപ്രാപ്യമായ ശക്തികൾ പ്രാപിക്കുമെന്നും അവർ ധൈര്യപൂർവം പ്രഖ്യാപനം ചെയ്യുന്നു.

3. ഹരിജൻ, 21–3–1936

൨. മാനസികാന്തരീക്ഷം എങ്ങനെ മാററാം

4

സന്താനോത്പാദനനിയന്ത്രണം എങ്ങനെ കൈവരുത്താം. യൂറോപ്പിൽ അനുവർത്തിക്കപ്പെടുന്ന അധാർമികവും കൃത്രിമവുമായ നിയന്ത്രണങ്ങൾ വഴിയല്ല, നേരേമറിച്ച്, അച്ചടക്കവും ആത്മനിയന്ത്രണവുമുള്ള ഒരു ജീവിതംവഴിവേണം. മാതാപിതാക്കന്മാർ, തങ്ങളുടെ കുട്ടികളെ ബ്രഹ്മചര്യം അഭ്യസിപ്പിക്കണം, ഹൈന്ദവശാസ്ത്രങ്ങളനുസരിച്ച്, യുവാക്കന്മാർ വിവാഹം കഴിക്കാവുന്ന ഏററവും കുറഞ്ഞ പ്രായം ഇരുപത്തഞ്ചു വയസ്സാണ്. ബാലന്മാരെയും, ബാലികമാരെയും വിവാഹജീവിതത്തിനു പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതു പാപകരമാണെന്നു വിശ്വസിക്കുവാൻ ഇന്ത്യയിലെ മാതാക്കൾ തയ്യാറായാൽ ഈ രാജ്യത്തെ വിവാഹങ്ങളിൽ പകുതിയും താനേ നിലയ്ക്കും. നമ്മുടെ ഉഷ്ണകാലാവസ്ഥമൂലമാണു ബാലികമാർ വളരെ ചെറുപ്പത്തിലെതന്നെ ഋതുവാകുന്നതെന്നും നാം വിശ്വസിക്കേണ്ടതില്ല. കുട്ടിക്കാലത്തു ഋതുവാകുന്നതു സംബന്ധിച്ചുള്ള ഈ അന്ധവിശ്വാസത്തെക്കാൾ വലിയ അന്ധവിശ്വാസം ഞാൻ ഒരിക്കലും അറിഞ്ഞിട്ടില്ല. കാലാവസ്ഥയ്ക്ക്, പെൺകിടാങ്ങളുടെ ആർത്തവവുമായി യാതൊരു ബന്ധവുമില്ലെന്നും, അകാലത്തിൽ അവരെ ഋതുവാക്കുന്നതു് നമ്മുടെ കുടുംബജീവിതത്തെ ചുററിയുള്ള മാനസികവും ധാർമികവുമായ അന്തരീക്ഷമാണെന്നും പറയാൻ ഞാൻ ധൈര്യപ്പെടുന്നു.... ഒരു നിശ്ചിതപ്രായത്തിലെത്തുമ്പോൾ കുട്ടികൾ വിവാഹിതരാകണമെന്നു നിഷ്ക്കളങ്കരായ ആ കുട്ടികളെ പഠിപ്പിക്കേണ്ടതു മതപരമായ ഒരു ചുമതലയാണെന്നു് അമ്മമാരും മററു ബന്ധുക്കളും കരുതുന്നു. അവർ ശിശുക്കൾ അഥവാ കൈക്കുഞ്ഞുങ്ങളായിരിക്കുമ്പോൾ തന്നെ വിവാഹനിശ്ചയം കഴിയുന്നു. ശിശുക്കളുടെ ഭക്ഷണവും വസ്ത്രങ്ങളും തീവ്രവികാരങ്ങളെ ഇളക്കിവിടുന്നതിനു സഹായിക്കുന്ന തരത്തിലാണ്. നാം നമ്മുടെ കുട്ടികളെ പാവകളെപ്പോലെ അണിയിച്ചൊരുക്കുന്നു—അവരുടെ സന്തോഷത്തിനല്ല,നമ്മുടെ രസത്തിനും മിഥ്യാഭിമാനത്തിനുംവേണ്ടി. ഞാൻ അനേകം കുട്ടികളെ വളർത്തിയിട്ടുണ്ട്. തങ്ങൾക്കു നൽകപ്പെടുന്ന ഏതു രീതിയിലുള്ള വസ്ത്രങ്ങളും അവർ ഒരു വൈഷമ്യവും കൂടാതെ സ്വീകരിക്കുകയും അതിൽ സന്തോഷിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. നാമവർക്കു നാനാതരത്തിലുള്ള ഊഷ്മളവും ഉദ്ദീപകവുമായ ഭക്ഷ്യസാധനങ്ങൾ നൽകുന്നു. നമ്മുടെ അന്ധമായ സ്നേഹം അവരുടെ കഴിവിനെ കണക്കിലെടുക്കുന്നില്ല അതിന്റെ ഫലം നിസ്സംശയമായും അകാലത്തിലുള്ള താരുണ്യപ്രാപ്തിയും പ്രായമാകുന്നതിനുമുമ്പുള്ള സന്താനപ്രാപ്തിയും അകാലചരമവുമാണ്. മാതാപിതാക്കൾ കുട്ടികൾക്ക് എളുപ്പം മനസ്സിലാക്കാവുന്ന ഒരു സാധനപാഠമായിത്തീരുന്നു. കാമാനുഭവങ്ങളിൽ വീണ്ടുവി

4. യങ് ഇൻഡ്യ, 13–10–1920 (Setf–restraint V. Self–indulgence, pp. 72–73)

ചാരമില്ലാതെ മുഴുകുന്നതുകൊണ്ടു് അവർ, തങ്ങളുടെ കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ കണ്ണിൽ, അനിയന്ത്രിതമായ ഭോഗാനുമതിയുടെ മാതൃകകളായിത്തീരുന്നു. അകാലികമായി കുടുംബത്തിലുണ്ടാകുന്ന ഓരോ ശിശുവും ആഹ്ളാദാരവങ്ങളോടും വിരുന്നുകളോടും കൂടിയാണു് ആനയിക്കപ്പെടുന്നതു്. നമ്മുടെ സാഹചര്യങ്ങളിങ്ങനെയെല്ലാമായിരുന്നിട്ടും നാം ഇതിലധികം അനിയന്ത്രിതരാവാത്തതാണു് അത്ഭുതം. വിവാഹിതരായ ആളുകൾ രാജ്യത്തിനു നന്മ കൈവരണമെന്നും ഇന്ത്യ ശക്തരും സുന്ദരരുമായ പൂർണവളർച്ചയെത്തിയ സ്ത്രീപുരുഷന്മാരുടെ നാടായിക്കാണണമെന്നും ആഗ്രഹിക്കുന്ന പക്ഷം, പരിപൂർണമായ ആത്മനിയന്ത്രണം പാലിക്കുകയും തല്ക്കാലത്തേക്കു സന്താനോല്പാദനം നിറുത്തിവയ്ക്കുകയും ചെയ്യുമെന്നുള്ളതിൽ എനിക്കു നേരിയ സംശയം പോലുമില്ല. നവദമ്പതികൾക്കും ഞാൻ ഈ ഉപദേശം നൽകുന്നു. ജീവിതത്തിലൊരിക്കലും മദ്യം സേവിച്ചിട്ടില്ലാത്ത ഒരാൾക്കു്, ഒരു തികഞ്ഞ മദ്യപാനിയേക്കാളും മിതമായി മദ്യം കഴിക്കുന്ന ഒരാളേക്കാളും എളുപ്പത്തിൽ, എന്നെന്നും ഒരു മദ്യവിമുഖനായിരിക്കാൻ സാധിക്കും. അതായതു് ഒരു കാര്യം ചെയ്യാതിരിക്കുകയെന്നതു നിർത്തിവയ്ക്കുക എന്നതിനേക്കാൾ എളുപ്പമാണു്. ഒരു വീഴ്ചയിൽ നിന്നെഴുന്നേൽക്കുന്നതിനേക്കാൾ എത്രയോ എളുപ്പമാണു് നിവർന്നുതന്നെ നിൽക്കുന്നതു്. ഭോഗസംതൃപ്തി വന്നവരോടുമാത്രമേ ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹം ഉപദേശിച്ചിട്ടു ഫലമുള്ളു എന്നു പറയുന്നതു തെററാണു്. അതുപോലെതന്നെ, വീര്യം ക്ഷയിച്ച ഒരു മനുഷ്യനോടു് ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹം പ്രസംഗിക്കുന്നതിലും യാതൊരർത്ഥവുമില്ല.

....ഏതായാലും ഞാൻ പറയുന്നതിൻെറ സാരം, നാം ചെറുപ്പക്കാരായാലും പ്രായം ചെന്നവരായാലും ലൈംഗികസംതൃപ്തി നേടിയവരായാലും അല്ലെങ്കിലും നമ്മുടെ അടിമത്തത്തിനവകാശികളെ ജനിപ്പിക്കുന്നതു തൽക്കാലം നിറുത്തേണ്ടതു നമ്മുടെ ചുമതലയാണെന്നു ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുകയാണു്.

പങ്കാളികളുടെ അവകാശങ്ങളെപ്പററിയുള്ള വിവാദങ്ങളുടെ കെണിയിൽ വീണുപോകരുതെന്നു ഞാൻ മാതാപിതാക്കളെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തിക്കൊള്ളട്ടെ. ഭോഗത്തിനേ സമ്മതം വേണ്ടു; സംയമത്തിനു് ഒരിക്കലും വേണ്ട. ഇതു വ്യക്തമായ ഒരു സത്യമാണു്.

5

ഇന്നു നമ്മുടെ സമുദായത്തിൽ ആത്മനിയന്ത്രണത്തിനു സഹായകമായി ഒന്നുമില്ല. നമ്മെ വളർത്തിയ വിധംതന്നെ അതിനെതിരാണു്. കുട്ടികളെക്കൊണ്ടു വല്ലവിധവും കല്യാണം കഴിപ്പിക്കണമെന്നതാണു മാതാപിതാക്കളുടെ പ്രഥമചിന്ത. അങ്ങനെ അവർ

5. 21-3-1936 (Self-restraint V. Self-indulgence p. 120)

മുയലുകളെപ്പോലെ പെരുകിക്കൊള്ളും. അവർ പെൺകുട്ടികളാണെങ്കിൽ, അവരുടെ ധാർമികമായ ക്ഷേമം പരിഗണിക്കാതെ, എത്ര ആണോ സൗകര്യം അത്രയും ഇളംപ്രായത്തിൽ അവരെ വിവാഹം ചെയ്തുകൊടുക്കുന്നു. വിവാഹച്ചടങ്ങ്, സദ്യകളുടെയും ചാപല്യങ്ങളുടെയും സുദീർഘമായ ഒരു തീവ്രയാതനയാണ്. ഗൃഹസ്ഥന്റെ ജീവിതം, തന്റെ പൂർവകാല ജീവിതത്തിന്നനുസരണമായിട്ടായിരിക്കും. സുഖഭോഗങ്ങളുടെ ഒരു നീണ്ട തുടർച്ചയാണിത്. വിഷയാസക്തമായ ഒരു ജീവിതം ആസ്വദിക്കുന്നതിനു് എല്ലാ സൗകര്യങ്ങളും ലഭിക്കത്തക്കവണ്ണമാണ് ഒഴിവുദിവസങ്ങളും സാമൂഹ്യമേളകളും ക്രമപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്. ഒരാളിന്റെമേൽ ഏതാണ്ട് അടിച്ചേല്പിക്കപ്പെടുന്ന സാഹിത്യം പൊതുവിൽ മൃഗീയവികാരങ്ങളെ വളർത്തുന്നവയാണ്. അതിൽ മൂക്കോളം മുഴകേണ്ടതു് ഒരു കർത്തവ്യമാണെന്നും, അതിൽനിന്നൊഴിഞ്ഞുനില്ക്കുന്നതു് ഒരു പാപമാണെന്നുമാണ് ഏററവും ആധുനികമായ സാഹിത്യം മിക്കവാറും പഠിപ്പിക്കുന്നതു്.

....ലൈംഗികക്ഷുത്തിന്റെ നിയന്ത്രണം തികച്ചും അസാദ്ധ്യമായിട്ടില്ലെങ്കിൽത്തന്നെയും, വിഷമമായിത്തീർന്നിട്ടുള്ളതിൽ എന്തെങ്കിലും അത്ഭുതമുണ്ടോ? ആ നിലയിൽ, ആത്മനിയന്ത്രണത്തിലൂടെയുള്ള ജനനനിയന്ത്രണമാണ് ഏററവും അഭിലഷണീയവും അർത്ഥവത്തും. തികച്ചും നിരുപദ്രവുമെങ്കിൽ, നാം സാമൂഹ്യാദർശങ്ങളും ചുററുപാടുകളും മാററുകതന്നെ വേണം. ഉദ്ദിഷ്ടമായ ആ ലക്ഷ്യപ്രാപ്തിക്കുള്ള ഒരേയൊരു മാർഗം, ആത്മനിയന്ത്രണസമ്പ്രദായത്തിൽ വിശ്വസിക്കുന്ന വ്യക്തികൾ അതിനു സ്വയം ആരംഭമിടുകയും, ഒടുങ്ങാത്ത വിശ്വാസത്തോടെ തങ്ങളുടെ ചുററുപാടുകളിൽ പ്രേരണചെലുത്തുകയുമാണ്. അവരെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം, ഞാൻ ചർച്ചചെയ്ത വിവാഹസങ്കല്പം, അങ്ങേയററം പ്രാധാന്യമുള്ളതാണെന്ന് എനിക്കു തോന്നുന്നു. അതു ശരിക്കു മനസ്സിലാക്കുകയെന്നുവച്ചാൽ, പരിപൂർണമായ ഒരു മാനസികവിപ്ളവമെന്നാണർത്ഥം. വിശിഷ്ടരായ ഏതാനും ചില വ്യക്തികൾക്കുമാത്രമല്ല, അതുദ്ദേശിച്ചിട്ടുള്ളതു്. മനുഷ്യവർഗത്തിന്റെ നിയമമായിട്ടാണു ഞാൻ അതു് അവതരിപ്പിച്ചതു്. അതിന്റെ ലംഘനം, മനുഷ്യന്റെ പദവിയെ താഴ്ത്തുകയും, ആവശ്യമില്ലാത്ത സന്താനങ്ങളുടെ പെരുപ്പം, സദാ വർദ്ധമാനമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന രോഗങ്ങളുടെ ഒരു പരമ്പര, തന്റെ സ്രഷ്ടാവിനോടു് ഉത്തരവാദപ്പെട്ട ഒരു ധാർമികജീവിയെന്ന നിലയിൽനിന്നുള്ള മനുഷ്യന്റെ തകർച്ച, എന്നിവയുടെ രൂപത്തിൽ ത്വരിതഗതിയിലുള്ള ശിക്ഷയെ വിളിച്ചുവരുത്തുകയും ചെയ്യുന്നു.

3. വിവാഹവും ആത്മനിയന്ത്രണവും

6

ഒരാറം, സ്വാഹിതത്തിനെതിരായിട്ടാണെങ്കിലും, തന്റെ ദൈനംദിനം ചിന്തകളിൽ വിവാഹിതജീവിതം അനുഭവിക്കുന്നതായി കാണുന്നുവെന്നു വയ്ക്കുക. അങ്ങനെയുള്ള ബഹുഭൂരിപക്ഷം ആളുകളുടെ കാര്യത്തിലും വിവാഹമാണ് ഏററവും സ്വാഭാവികവും അഭിലഷണീയവുമായ അവസ്ഥ. അമർത്തപ്പെടാത്തതും എന്നാൽ പ്രയോഗരൂപത്തിൽ വരുത്താത്തതുമായ ചിന്തയുടെ ശക്തി, മൂർത്തമായ അതായതു് പ്രയോഗത്തിൽ വരുത്തിയ, ചിന്തയുടേതിനെക്കാറം എത്രയോ അധികമാണ്. എന്നാൽ പ്രവൃത്തിയെ വേണ്ടതുപോലെ നിയന്ത്രിച്ചാൽ അതു ചിന്തയിൽ പ്രതികരണമുളവാക്കുകയും അതിനെ ക്രമീകരിക്കുകയും ചെയ്യും. അങ്ങനെ പ്രവൃത്തിയായി രൂപാന്തരപ്പെടുന്ന ചിന്ത തടവിൽപ്പെടുകയും, അടിമത്തത്തിനു വിധേയമായിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇങ്ങനെ പരിഗണിക്കുമ്പോറം, വിവാഹവും ഒരു രീതിയിലുള്ള സംയമമാണ്.

7

....ഒരു പ്രവൃത്തി ശരീരംകൊണ്ടു് ആസ്വദിക്കുന്നതു്, അതിനെക്കുറിച്ചുള്ള ചിന്ത ആസ്വദിക്കുന്നതിനെക്കാറം നല്ലതാണ്. വിഷയാഭിലാഷങ്ങറം മനസ്സിലുണ്ടായാലുടനെ അവയെ അംഗീകരിക്കാതിരിക്കുന്നതും അടിച്ചമർത്താൻ ശ്രമിക്കുന്നതും നല്ലതാണ്. എന്നാൽ ശാരീരികമായി ആസ്വദിക്കാത്തതുമൂലം, മനസ്സ് അവയുടെ ആസ്വാദനത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ചിന്തകളിൽത്തന്നെ മുഴുകുകയാണെങ്കിൽ ശരീരത്തിന്റെ വിശപ്പു ശമിപ്പിക്കുന്നതു് നിയമാനുസൃതമായിരിക്കും; ഇതിനെക്കുറിച്ച് എനിക്കു സംശയമൊന്നുമില്ല.

8

പ്രായം, മിതവ്യയം മുതലായവ സംബന്ധിച്ച് ഞാൻ വച്ചിട്ടുള്ള പ്രമാണങ്ങറം അനുസരിക്കപ്പെടുന്ന സന്ദർഭങ്ങളിൽ ഞാൻ വളരെയധികം വിവാഹങ്ങളെ ആശീർവദിക്കാറുണ്ടെന്ന വസ്തുത, ഒരു പക്ഷേ, എന്റെ മാർഗനിർദേശം തേടുന്നവരെ ഞാൻ സഹായിക്കുന്നു എന്നു ന്യായീകരിക്കത്തക്കവിധം ഉള്ള അറിവ് ഈ രാജ്യത്തിലെ

---

6. യങ് ഇൻഡ്യ, 2–9–1926 (Self-restoaint V. Self-indulgence, p. 79)
7. ഹിന്ദിയിൽനിന്നും പരിഭാഷപ്പെടുത്തിയതു്. നവജീവൻ,9–5–1929
8. ഹരിജൻ, 25–4–1936 (To the Students p. 217) (ഹിന്ദിയിലുള്ള ഒരു കത്തിനു മറുപടിയായി എഴുതിയതാണിതു്. ആ കത്തിന്റെ ഏതാണ്ടൊരു സംഗ്രഹം ഇതാണ് 'അങ്ങയുടെ കത്തുകറം വായിക്കുമ്പോറം അങ്ങ് യുവഹൃദയങ്ങളെ മനസ്സിലാക്കുന്നുണ്ടോ എന്നു ഞാൻ സംശയിക്കുന്നു. അങ്ങേയ്ക്കു കഴിയുന്നതു് എല്ലാം യുവജനങ്ങറംക്കും ചെയ്യാൻ കഴിഞ്ഞെന്നുവരില്ല.

ചെറുപ്പക്കാരെ സംബന്ധിച്ച് എനിക്കുണ്ടെന്ന് ഏതാണ്ട വ്യക്തമാകുന്നുണ്ട്. എൻെറ ലേഖകൻെറ സ്ഥിതി സർവസാധാരണമായിട്ടുള്ളതാണ്. അദ്ദേഹം സഹതാപമർഹിക്കുന്നു. ലൈംഗികബന്ധത്തിൻെറ ഒരേയൊരുദ്ദേശ്യം, സന്താനോത്പാദനമാണെന്നുള്ളത്, എന്നെ സംബന്ധിടത്തോളം പുതിയൊരു കണ്ടുപിടുത്തംപോലെയായിരുന്നു. ആ നിയമം എനിക്കറിയാമായിരുന്നെങ്കിലും മുമ്പൊരിക്കലും ഞാനതിന് അതർഹിക്കുന്ന ഗൗരവം നല്കിയിരുന്നില്ല. അടുത്തകാലംവരെ ഞാനതിനെ കരുതിയിരുന്നതു ധാർമികമായ ഒരാഗ്രഹം എന്നുമാത്രമായിരുന്നു. എന്നാലിന്ന് അതിനെ ഞാൻ വിവാഹാവസ്ഥയുടെ ഒരു അടിസ്ഥാനനിയമമായി പരിഗണിക്കുന്നു. അതിൻെറ പരമപ്രാധാന്യം വേണ്ടതുപോലെ അംഗീകരിക്കുകയാണെങ്കിൽ അതു പാലിക്കാൻ എളുപ്പമാണെന്നും ഞാൻ കരുതുന്നു. ആ നിയമത്തിനു സമുദായത്തിൽ അതർഹിക്കുന്ന സ്ഥാനം നല്കപ്പെടുമ്പോഴ് എൻെറ ലക്ഷ്യം പൂർത്തിയാകും. എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അതൊരു സജീവനിയമമാണ്. നാം എപ്പോഴും അതു ലംഘിക്കുകയും ആ ലംഘനത്തിനു ഭാരിച്ച പിഴയടയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. എൻെറ ലേഖകന് അതിൻെറ അപരിമേയമായ മൂല്യത്തെക്കുറിച്ച് ബോധവും, തൻെറ ഭാര്യയോടു സ്നേഹവും, തന്നിൽത്തന്നെ വിശ്വാസവും ഉണ്ടെങ്കിൽ അദ്ദേഹം സ്വഭാര്യയെ തൻെറ വീക്ഷണഗതിയിലേക്കു പരിവർത്തനം ചെയ്യും. സ്വയം നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയുമെന്ന് അദ്ദേഹം പറയുന്നത് ആത്മാർത്ഥമാണോ? അദ്ദേഹത്തിൻെറ കാര്യത്തിൽ മൃഗീയവികാരങ്ങഠ ഉന്നതമായ, ഉദാഹരണത്തിന്, സഹജീവികളുടെ സേവനത്തിനുള്ള, വികാരങ്ങളായി മാറിക്കഴിഞ്ഞോ? തൻെറ ഭാര്യയിൽ കാമവികാരം ഉദ്ദീപിപ്പിക്കുന്ന എന്തെങ്കിലും ചെയ്യുന്നതിൽനിന്ന് അദ്ദേഹം സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെ പിന്മാറുന്നുണ്ടോ? ഹൈന്ദവശാസ്ത്രമനുസരിച്ച് എട്ടുതരത്തിലുള്ള സംയോഗമുണ്ടെന്നും ആംഗ്യങ്ങഠകൊണ്ടുള്ള ലൈംഗികനിർദേശങ്ങഠപോലും അതിലുഠപ്പെടുന്നുണ്ടെന്നും അദ്ദേഹം ശ്രദ്ധിക്കണം. ലേഖകൻ ഇതിൽനിന്നെല്ലാം സ്വതന്ത്രനാണോ? സ്വയം അങ്ങനെയല്ലാതിരിക്കുകയും, ലൈംഗികാഭിലാഷങ്ങളിൽനിന്നു ഭാര്യയെ മാററിക്കൊണ്ടുവരണമെന്നദ്ദേഹം ആത്മാർത്ഥമായി

ഞാൻ വിവാഹിതനാണ്. എനിക്ക് സ്വയം നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയും; എൻെറ ഭാര്യയ്ക്കു കഴിയുകയില്ല. അവഠക്കു കുട്ടികഠ ജനിക്കണമെന്നാഗ്രഹമില്ല. എന്നാൽ അവഠക്ക് ആനന്ദിക്കണമെന്ന് ആഗ്രഹമുണ്ട്. ഞാനെന്തു ചെയ്യണം? അവളെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തേണ്ടതു് എൻെറ കടമയല്ലേ? അവഠ മററു മാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെ തൻെറ അഭിലാഷം നിറവേററുന്നതു നോക്കിയിരിക്കാൻമാത്രം ഞാൻ വിശാലഹൃദയനല്ല. വിവാഹങ്ങഠക്കേർപ്പാടുചെയ്യുകയും ആശീർവദിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിൽ അങ്ങേയ്ക്കു വിരോധമില്ലെന്ന് ഞാൻ പത്രങ്ങളിൽ വായിക്കാറുണ്ട്. അങ്ങു സൂചിപ്പിക്കുന്ന ഉന്നതാദർശത്തെ മുൻനിറുത്തിയല്ല അവ നടത്തപ്പെടുന്നതെന്ന് തീർച്ചയായും അങ്ങേയ്ക്കറിയാം; അല്ലെങ്കിൽ അറിയണം').

ആഗ്രഹിക്കുകയും ചെയ്യുന്നപക്ഷം അദ്ദേഹം അവളെ ഏററവും പരിശുദ്ധമായ സ്നേഹത്താൽ ആവരണംചെയ്യുകയും, ഈ നിയമവും സന്താനോല്പാദനത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള അഭിലാഷംകൂടാതെ സംയോഗത്തിലേപ്പെടുന്നതിന്റെ ശാരീരികമായ ഫലവും അവൾക്കു വിശദമാക്കിക്കൊടുക്കുകയും, വീര്യദ്രാവകം എന്നു പറഞ്ഞാൽ എന്താണെന്ന് അവളെ മനസ്സിലാക്കുകയും ചെയ്യട്ടെ. വീണ്ടും അദ്ദേഹം അവളെ ആരോഗ്യകരമായ ജോലികളിൽ പ്രവേശിപ്പിക്കുകയും അവളുടെ ഭക്ഷണരീതി, വ്യായാമം മുതലായവ ക്രമീകരിക്കാൻ ശ്രമിക്കുകയും ചെയ്ത് അവളുടെ കാമവികാരങ്ങളെ നിശ്ചലമാക്കാൻ ശ്രമിക്കട്ടെ. എല്ലാററിനുമുപരിയായി അദ്ദേഹം മതഭക്തനായ ഒരാളാണെങ്കിൽ തന്റെ സജീവവിശ്വാസത്തെ സഖിയിലേക്കു പകരാൻ ശ്രമിക്കണം. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ സജീവസത്യമാകുന്ന ഈശ്വരങ്കലുള്ള സജീവമായ വിശ്വാസംകൂടാതെ ആത്മസംയമനനിയമം പ്രായോഗികമാക്കാൻ സാധിക്കുകയില്ലെന്നു ഞാൻ സമ്മതിക്കുന്നു. ഈശ്വരനെ ജീവിതത്തിൽനിന്നാകെ പുറത്താക്കുകയും, ഒരു ജീവിക്കുന്ന ഈശ്വരനിലുള്ള ജീവിക്കുന്ന വിശ്വാസത്തിന്റെ ആവശ്യമില്ലാതെതന്നെ ഏററവും ഉന്നതമായ നിലയിലുള്ള ജീവിതത്തിലെത്താൻ കഴിയുമെന്നു ശഠിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതു് ഇന്നൊരു പുതുമയായിത്തീർന്നിട്ടുണ്ടു്. തങ്ങളെക്കാൾ അനന്തമാംവണ്ണം ഉയർന്ന ഒരു ശക്തിയിൽ വിശ്വാസമോ, ആ ശക്തിയുടെ ആവശ്യമോ ഇല്ലാത്തവരെ ഈ നിയമത്തിന്റെ സത്യാവസ്ഥ മനസ്സിലാക്കുവാൻ എനിക്കു കഴിവില്ലെന്നു സമ്മതിക്കാതെ തരമില്ല. ഏതൊരു സജീവനിയമത്തിനു വിധേയമായിട്ടാണോ സർവചരാചരങ്ങളും ചലിക്കുന്നതു്, അതിൽ അചഞ്ചലമായ വിശ്വാസം കൂടാതെ പരിപൂർണമായ ജീവിതം അസാദ്ധ്യമാണെന്ന ബോധത്തിലേക്കാണു് എന്റെതന്നെ അനുഭവം എന്നെ നയിച്ചതു്. ആ വിശ്വാസമില്ലാത്ത ഒരു മനുഷ്യൻ കടലിൽനിന്നു തെറിപ്പിക്കപ്പെട്ട ഒരുതുള്ളി വെള്ളംപോലെയാണു്; അതു നശിക്കുകയേയുള്ളുവല്ലോ. കടലിലെ ഓരോ തുള്ളി വെള്ളവും അതിന്റെ ഗാംഭീര്യത്തിൽ പങ്കുകൊള്ളുകയും, നമുക്കു ജീവന്റെ സാന്ദ്രീകൃതപ്രാണവായു (ozone) പ്രദാനം ചെയ്യുകയെന്ന ബഹുമതി അതിനു ലഭിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

9

എന്നിൽ എത്രയധികം അമിതഭോഗാസക്തിയുണ്ടായിരുന്നാലും, അതു തികച്ചും എന്റെ ഭാര്യയുടെ അടുത്തുമാത്രമായിരുന്നു. രാത്രിയിൽ ഏതാനും മണിക്കൂർ നേരത്തേയ്ക്കല്ലാതെ ഒരുതരത്തിലും ഏകാന്തത ലഭിക്കാനിടയില്ലാത്ത ഒരു വലിയ കൂട്ടകുടുംബത്തിലാണു ഞാൻ ജീവിച്ചിരുന്നതു്. എനിക്കു് ഇരുപത്തിമൂന്നു വയസ്സായിരിക്കുമ്പോൾത്തന്നെ സുഖത്തിനുവേണ്ടി മാത്രമുള്ള ഭോഗലാലസ

9. ഹരിജൻ, 3–10–1936 (Self–restraint V· Self–indulgence, p. 140)

തയുടെ അർത്ഥശൂന്യതയെക്കുറിച്ച് എനിക്കുണർവുണ്ടാകുകയും 1899 അതായതു്, എനിക്കു മുപ്പതു വയസ്സായിരിക്കുമ്പോഴാം, പരിപൂർണ്ണ ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കാൻ തീരുമാനിക്കുകയും ചെയ്തു. എന്നെ ഒരു സന്യാസി എന്നു വിളിക്കുന്നതു തെററാണു്. എൻെറ ജീവിതത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന ആദർശങ്ങളാം, മനുഷ്യവർഗത്തിൻെറ പൊതുസ്വീകരണത്തിനായി നൽകപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതാണു്. പടിപടിയായ പരിവർത്തനത്തിലൂടെയാണു ഞാനവയിൽ എത്തിച്ചേർന്നതു്. ഓരോ പടിയും പൂർണ്ണമായ ചിന്തയ്ക്കും വ്യക്തമായ പര്യാലോചനയ്ക്കും ശേഷം ഏററവും വിപുലമായ ചർച്ച കഴിഞ്ഞാണു് സ്വീകരിക്കപ്പെട്ടതു്. എൻെറ ആത്മസംയമനവും അഹിംസയും വ്യക്തിപരമായ അനുഭവത്തിൽനിന്നുണ്ടായതും പൊതുജീവിത കർത്തവ്യത്തിൻെറ ആഹ്വാനം സ്വീകരിക്കുന്നതിനു് ആവശ്യമായിത്തീർന്നതും ആണു്. ഒരു ഗൃഹസ്ഥൻ, അഭിഭാഷകൻ, സാമൂഹ്യപരിഷ്കർത്താവു്, രാഷ്ട്രീയപ്രവർത്തകൻ തുടങ്ങിയ ഏതു നിലയിലായാലും ദക്ഷിണാഫ്രിക്കയിൽ എനിക്കു നയിക്കേണ്ടിവന്ന ഒറ്റപ്പെട്ട ജീവിതത്തിനിടയ്ക്കു് ഈ ചുമതലകളാം ശരിയായ വിധത്തിൽ നിർവ്വഹിക്കാനായി ലൈംഗികജീവിതം കർക്കശമായി നിയന്ത്രിക്കുകയും, മാനുഷികബന്ധങ്ങളിൽ, അതു് എൻെറ നാട്ടുകാരുമായിട്ടുള്ളതായാലും യൂറോപ്യന്മാരുമായിട്ടുള്ളതായാലും, അഹിംസയും സത്യവും കണിശമായി പാലിക്കുകയും ചെയ്യേണ്ടതു് ആവശ്യമായിത്തീർന്നു. സാധാരണയിൽ കുറഞ്ഞ കഴിവുകളോടുകൂടിയ ഒരു സാധാരണക്കാരനെന്നേ എന്നെക്കുറിച്ചു് എനിക്കു പറയുവാനുള്ളു. വിഷമകരമായ ഗവേഷണങ്ങളിലൂടെ എനിക്കെത്തിച്ചേരുവാൻ കഴിഞ്ഞ തരത്തിലുള്ള അഹിംസയ്ക്കോ ആത്മസംയമനത്തിനോ സാധാരണയിൽക്കവിഞ്ഞ എന്തെങ്കിലും യോഗ്യതയുണ്ടെന്നും ഞാനവകാശപ്പെടുന്നില്ല. ഞാൻ ചെയ്തിട്ടുള്ളത്ര ശ്രമം ചെയ്യുകയും അത്രയും പ്രത്യാശയും വിശ്വാസവും വച്ചുപുലർത്തുകയും ചെയ്താൽ ഞാൻ നേടിയിട്ടുള്ളതു് ഏതു സ്ത്രീക്കും പുരുഷനും നേടാൻ കഴിയുമെന്നുള്ളതിൽ എനിക്കു നേരിയ സംശയം പോലുമില്ല. വിശ്വാസം കൂടാതെയുള്ള ജോലി അടിയില്ലാത്ത ഒരു കുഴിയുടെ അടിയിൽ എത്തുവാൻ ശ്രമിക്കുന്നതുപോലെയാണു്.

10

*ഇനിയും ഗർഭനിരോധനോപായങ്ങളുടെ കാര്യം. ഇവിടെയും വൈഷമ്യം ഭാവനാമാത്രമാണു്. തൻെറ ഭാര്യയുടെ ബുദ്ധിശക്തി

---

10. ഹരിജൻ, 17–4–'37 (Self-restraint V. Self-indulgence, p. 145)

* ഇരുപത്തൊന്നുവയസ്സുകാരനായ ഒരു എം. എ. വിദ്യാർത്ഥി അയച്ച കത്തിനെ പരാമർശിച്ചുകൊണ്ടാണു് ഈ ലേഖനം. ആ കത്തിൽ അയാൾ മററു പല കാര്യങ്ങളുടേയും കൂട്ടത്തിൽ എഴുതി; "....അതെ, എൻെറ ഈ ചുററുപാടുകളിൽ ഞാൻ ഗർഭനിരോധനോപായങ്ങളാം സ്വീകരിക്കുവാൻ അങ്ങു നിർദേശിക്കുമോ? ഞാൻ ആത്മ നിയന്ത്രണത്തിലും ബ്രഹ്മചര്യയിലും

യെ അയാറം താഴ്ത്തി വിലയിരുത്തുന്നതു തെററാണ്. അവറം സാധാരണ മാതൃകയിൽപ്പെട്ട ഒരു സ്ത്രീയാണെങ്കിൽ പരിപൂർണസമ്മതത്തോടെ അയാളുടെ ആത്മനിയന്ത്രണത്തെ അനുകൂലിക്കും. അയാറം തന്നോടുതന്നെ സത്യസന്ധത പാലിച്ചുകൊണ്ടു തനിക്കുതന്നെ ആ നിയന്ത്രണം വേണ്ടത്ര ഉണ്ടോ എന്നു സ്വയം ചോദിക്കട്ടെ. എൻെറ കൈവശമുള്ള തെളിവുകളെല്ലാം സൂചിപ്പിക്കുന്നതു സ്ത്രീയെക്കാളധികം പുരുഷനാണ് ആത്മനിയന്ത്രണം പോരാത്തതെന്നാണ്. ആത്മനിയന്ത്രണം പാലിക്കുന്നതിൽ അയാറംക്കുതന്നെയുള്ള കഴിവില്ലായ്മയെ ചെറുതാക്കിക്കാണിക്കേണ്ട യാതൊരു കാര്യവുമില്ല. ഒരു വലിയ കുടുംബമുണ്ടാകുമെന്നുള്ള വസ്തുതയെ അവൻ ധൈര്യസമേതം അഭിമുഖീകരിക്കുകയും അവരെ പുലർത്താൻ ഉത്തമമായ മാർഗം കണ്ടുപിടിക്കുകയും ചെയ്യണം. കൃത്രിമജനനനിയന്ത്രണോപായങ്ങളെക്കുറിച്ചറിവില്ലാത്ത ജനലക്ഷങ്ങളുമായി താരതമ്യപ്പെടുത്തുമ്പോറം അതുപയോഗിക്കുന്നവർ ഏതാനുമായിരങ്ങളിലധികമുണ്ടാകയില്ലെന്ന് അയാറം ധരിക്കണം, ആ ജനലക്ഷങ്ങറംക്ക്, സന്താനങ്ങറം എല്ലാവരും ഉണ്ടാകണമെന്നാഗ്രഹിച്ചിട്ടുണ്ടായവരല്ലായിരിക്കാമെങ്കിലും, അവരെ പോററുന്നതിനെപ്പററി യാതൊരു ഭയവുമില്ല. തൻെറ പ്രവൃത്തിയുടെ ഭവിഷ്യത്തുകളെ അഭിമുഖീകരിക്കുവാൻ ഒരാറം വിസമ്മതിക്കുന്നതു ഭീരുത്വമാണെന്നു ഞാൻ പറയും. കൃത്രിമജനനനിയന്ത്രണമാർഗങ്ങറം സ്വീകരിക്കുന്നയാളുകറം ഒരിക്കലും ആത്മനിയന്ത്രണത്തിൻെറ മേന്മ മനസ്സിലാക്കുകയില്ല. അവക്കതിൻെറ ആവശ്യമുണ്ടാകയില്ല. കൃത്രിമജനനനിയന്ത്രണോപായങ്ങളുടെ സഹായത്തോടുകൂടിയുള്ള ഭോഗാനുഭവം കുട്ടികളുണ്ടാകുന്നതിനെ തടഞ്ഞേക്കാമെങ്കിലും അതു സ്ത്രീകളുടേയും പുരുഷന്മാരുടെയും, ഒരുപക്ഷേ സ്ത്രീകളെക്കാളധികമായി പുരുഷന്മാരുടെ, ജീവശക്തിയെ വററിക്കും. പിശാചുമായി സമരം ചെയ്യാനുള്ള അസന്ന

വിശ്വസിക്കുന്നതായി അങ്ങേയ്ക്ക് ഉറപ്പുനല്കുന്നു. എന്നാൽ ഞാനൊരു ബ്രഹ്മചാരിയാകുന്നതിനു കുറച്ചുകാലമെടുക്കുമെന്നു തോന്നുന്നു. എന്നാൽ ആഗ്രഹിക്കുന്ന തരത്തിലുള്ള പരിപൂർണമായ ആത്മനിയന്ത്രണം കൈവരുന്നതിനുമുമ്പുള്ള കാലഘട്ടത്തിൽ, കൃത്രിമ ജനനനിയന്ത്രണോപായങ്ങറം സ്വീകരിച്ചില്ലെങ്കിൽ, എനിക്കു കുട്ടികളുണ്ടാകുകയും അങ്ങനെ ഞാൻ സാമ്പത്തികമായി നാശം ക്ഷണിച്ചുവരുത്തുകയും ചെയ്തേക്കാമെന്ന് ഭയപ്പെടുന്നു. അതിനും പുറമേ എൻെറ ഭാര്യയുടെ സാധാരണ നിലയിലുള്ള ആരോഗ്യകരമായ വൈകാരിക ജീവിതത്തിൻെറ താത്പര്യങ്ങറം പരിഗണിക്കുമ്പോറം, കക്ശമായ ആത്മ നിയന്ത്രണത്തോടുകൂടിയ ഒരു ജീവിതം അവളുടെമേൽ അടിച്ചേല്പിക്കുന്നതു് തികച്ചും ശരിയല്ലെന്ന് എനിക്കു തോന്നുന്നു. ഏതായാലും സാധാരണസ്ത്രീപുരുഷന്മാരുടെ ജീവിതത്തിൽ ലൈംഗികതയ്ക്കു് അതിൻേറതായ സ്ഥാനമുണ്ടു്. ഞാൻ അതിനൊരപവാദമല്ല; ബ്രഹ്മചര്യം ഭോഗലാലസതയുടെ ദൂഷ്യവശങ്ങറം മുതലായവയെക്കുറിച്ചുള്ള അങ്ങയുടെ മഹത്തായ ലേഖനങ്ങറം വായിച്ചു് മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിവില്ലാത്ത എൻെറ ഭാര്യയും വ്യത്യസ്തയല്ല....''

ഥത പുരുഷോചിതമല്ല. ആവശ്യമില്ലാത്ത ശിശുക്കളെ ഒഴിവാക്കുന്നതിനുള്ള ദൃഢവും മാന്യവുമായ ഒരേയൊരു മാർഗം ആത്മനിയന്ത്രണമാണെന്നു ലേഖകൻ തീരുമാനിക്കട്ടെ. അയാളും അയാളുടെ പത്നിയും ആ യത്നത്തിൽ ഒരു നൂറുപ്രാവശ്യം പരാജയപ്പെട്ടാൽത്തന്നെയെന്താണ്! ആനന്ദം സമരത്തിലാണ്. ഫലം ഈശ്വരാനുഗ്രഹത്താൽ ലഭിക്കുന്നതാണ്.

11

....വിവാഹജീവിതം ലൈംഗികാഭിലാഷത്തെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുന്നതിനുവേണ്ടിയല്ലാതെ നന്നായും സത്യസന്ധമായും നയിക്കുകയാണെങ്കിൽ പലതരത്തിലും ബ്രഹ്മചര്യത്തേക്കാൾ കഠിനതരമാണ്.

12

...ഇക്കാലത്തു പ്രചാരത്തിലിരിക്കുന്ന മറെറാരു അന്ധവിശ്വാസത്തിൽനിന്നും വിമുക്തരായിരിക്കാൻ ഞാൻ നിങ്ങളോടാവശ്യപ്പെടുന്നു. ലൈംഗികനിയന്ത്രണവും ബ്രഹ്മചര്യവും തെററാണെന്നും അനിയന്ത്രിതമായ ലൈംഗികാഭിലാഷപൂർത്തിയും സ്വതന്ത്രമായ പ്രേമവും തികച്ചും സ്വാഭാവികമാണെന്നും പറയപ്പെടുന്നു. ഇതിനെക്കാൾ നാശകരമായ മറെറാരന്ധവിശ്വാസമൊരിക്കലും ഉണ്ടായിരുന്നിട്ടില്ല. ആ ആദർശപ്രാപ്തിക്കു നിങ്ങൾക്കു കഴിവില്ലായിരിക്കാം; നിങ്ങളുടെ മാംസം ദുർബലമായിരിക്കാം; എന്നാൽ അതുകൊണ്ടു ആ ആദർശത്തെ താഴ്ത്തരുതു്. നിങ്ങളുടെ മതമില്ലായ്മയെ മതമാക്കരുതു്. ഞാൻ പറയുന്നതു നിങ്ങളുടെ ദുർബലനിമിഷങ്ങളിൽ സ്മരിക്കുക. ഈ വിശുദ്ധനിമിഷത്തെക്കുറിച്ചുള്ള സ്മരണ നിങ്ങൾക്കു ഉറപ്പും നിയന്ത്രണവും പ്രദാനം ചെയ്തേക്കാം. വിവാഹത്തിന്റെ ഉദ്ദേശ്യംതന്നെ ആത്മനിയന്ത്രണവും ലൈംഗികവികാരങ്ങളുടെ ശുദ്ധീകരണവുമാണ്. മറേറതെങ്കിലും ഉദ്ദേശ്യങ്ങളുണ്ടായാൽ വിവാഹം ഒരു വിശുദ്ധകർമമല്ലാതാകും. അതു സന്താനോത്പാദനമൊഴിച്ചുള്ള കാര്യങ്ങൾക്കു പററിയ വിവാഹമാകും.

.....കാപട്യക്കാരാകാതിരിക്കുക; നിങ്ങളാലസാദ്ധ്യമായതു ചെയ്യാനുള്ള ശ്രമത്തിൽ ആരോഗ്യം തകർക്കാതിരിക്കുക. സംയമം ഒരാളുടെ ആരോഗ്യത്തെ നശിപ്പിക്കുകയില്ല! ഒരുവന്റെ ആരോഗ്യം നശിപ്പിക്കുന്നതു് ആത്മനിയന്ത്രണമല്ല, ബാഹ്യമായ നിഗ്രഹമാണ്. ശരിയായ ആത്മനിയന്ത്രണമുള്ള ഒരാൾ ദിവസംതോറും ശക്തിയിൽനിന്നു ശക്തിയിലേക്കും സമാധാനത്തിൽനിന്നു സമാധാനത്തിലേക്കും വളരുകയാണു ചെയ്യുന്നതു്. ആത്മനിയന്ത്രണത്തിലുള്ള ഒന്നാമത്തെപ്പടി, ചിന്തകളുടെ നിയന്ത്രണമാണ്. നിങ്ങ

11. ഹരിജൻ, 15–3–1942 (Women, p. 4)
12. ഹരിജൻ, 24–4–1942 (Women, p. 67)

ളുടെ പരിമിതികരം മനസ്സിലാക്കി, നിങ്ങരംക്ക കഴിയുന്നതുമാത്രം ചെയ്യുക. ഞാൻ ആദർശം—ശരിയായ കോണം—നിങ്ങളുടെ മുമ്പിൽ സമർപ്പിച്ചിരിക്കുന്നു. ആ ഋജുകോണം നേടാൻ നിങ്ങളുടെ കഴിവിന്റെ പരമാവധി യത്നിക്കുക. നിങ്ങരം പരാജയപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ അതിൽ സങ്കടപ്പെടാനോ ലജ്ജിക്കാനോ ഒന്നുമില്ല. വിവാഹം, സമാവർത്തനംപോലെതന്നെ ഒരു വിശുദ്ധകർമ്മവും രണ്ടാം ജനനവുമാണെന്നു ഞാൻ നിങ്ങരംക്ക വിവരിച്ചുതന്നു. അത്രമാത്രം. ഞാൻ പറഞ്ഞതു നിങ്ങളെ ഭയപ്പെടുത്തുകയോ തളർത്തുകയോ ചെയ്യേണ്ടതില്ല. എപ്പോഴും ചിന്തയുടേയും, വാക്കിന്റെയും കർമത്തിന്റെയും പരിപൂർണമായ ഐക്യത്തിൽ ഉന്നംവയ്ക്കുക. എപ്പോഴും നിങ്ങളുടെ ചിന്തകളെ പരിശുദ്ധമാക്കുവാൻ ശ്രമിക്കുക; എല്ലാം ശുഭമായിക്കൊള്ളും. ചിന്തയേക്കാരം കൂടുതൽ ശക്തമായി മറെറാന്നുമില്ല. പ്രവൃത്തി വാക്കുകളേയും വാക്ക ചിന്തകളേയും പിന്തുടരുന്നു. ലോകം മഹത്തായ ഒരു ചിന്തയുടെ ഫലമാണ്; ചിന്ത എവിടെ മഹത്തും പരിശുദ്ധവുമായിരിക്കുന്നുവോ അവിടെ ഫലവും മഹത്തും പരിശുദ്ധവുമായിരിക്കും. അതിനാൽ മേലിൽ നിങ്ങരം ഉൽകൃഷ്ടമായ ഒരാദർശത്തിന്റെ പടച്ചട്ടയണിഞ്ഞു സഞ്ചരിക്കണമെന്നു ഞാനാഗ്രഹിക്കുന്നു. യാതൊരു പ്രലോഭനത്തിനും നിങ്ങളെ ഉപദ്രവിക്കാൻ കഴിയുകയില്ലെന്നും യാതൊരു കളങ്കത്തിനും നിങ്ങളെ സ്പർശിക്കാൻ സാധിക്കുകയില്ലെന്നും ഞാൻ ഉറപ്പുതരുന്നു.

4. ആത്മനിയന്ത്രണത്തിനുള്ള ഉപകരണങ്ങരം

13

ആത്മസംയമനത്തിനുള്ള സാദ്ധ്യതയും അഭിലഷണീയതയും അംഗീകരിക്കപ്പെട്ടുകഴിഞ്ഞാൽ നാം അതിനെ പ്രാപിക്കുന്നതിനുള്ള മാർഗങ്ങരം കണ്ടുപിടിക്കുകയും തയ്യാറാക്കുകയും ചെയ്യണം. ഞാൻ മുമ്പൊരു ലേഖനത്തിൽ പ്രസ്താവിച്ചതുപോലെ നാം നിയന്ത്രണത്തിലും അച്ചടക്കത്തിലും ജീവിക്കണമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ ജീവിതം ഉടച്ചുവാർക്കണം. സാധാരണ പഴഞ്ചൊല്ലിൽ പറയുന്നതുപോലെ നമുക്ക് അപ്പം തിന്നാനും അതു സൂക്ഷിക്കാനും കഴിഞ്ഞില്ലെന്നുവരാം. നാം ഉത്പാദനേന്ദ്രിയങ്ങളുടെമേൽ നിയന്ത്രണമേർപ്പെടുത്തുകയാണെങ്കിൽ മറെറല്ലാ അവയവങ്ങളുടെമേലും നിയന്ത്രണം വയ്ക്കണം. കണ്ണും, കാതും മൂക്കും, നാക്കും, കൈയും കാലും കെട്ടഴിച്ചു വിടുകയാണെങ്കിൽ പ്രാഥമികാവയവത്തെ നിയന്ത്രിക്കാനൊക്കുകയില്ല. ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹത്തിന്റെ ഫലമെന്നു തെററായി കരുതപ്പെടുന്ന ക്ഷിപ്രകോപം, വികാരമൂർച്ഛ എന്നുവേണ്ട ഭ്രാന്തുപോലും, യഥാർത്ഥത്തിൽ മററു ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെ അടക്കമില്ലായ്മയിൽനിന്ന

13. യങ് ഇൻഡ്യ, 16–9–1926 (Self-restraint V. Self-indulgence, p. 84)

ണ്ടായതാണെന്ന കാണാവുന്നതാണ്. ഒരു പാപവും, പ്രകൃതിനിയമങ്ങളുടെ ഒരു ലംഘനവും, ശിക്ഷിക്കപ്പെടാതെ പോകയില്ല.

....ആത്മനിയന്ത്രണം എളുപ്പത്തിൽ സാധിക്കാവുന്നതല്ലെന്ന വസ്തുത ഞാൻ വേദനാപൂർവം സ്മരിക്കുന്നു. എന്നാൽ അതിന്റെ മന്ദഗതി നമ്മെ പരിഭ്രമിപ്പിക്കേണ്ട കാര്യമില്ല. തിടുക്കം ഒരു നഷ്ടമാണ്. അക്ഷമ വർദ്ധമാനമായ ജനനത്തോതിനെ അവസാനിപ്പിക്കുകയില്ല. മനുഷ്യവംശത്തിലെ ഏററവും മഹാന്മാരായ ഗുരുവര്യന്മാർ തങ്ങളുടെ അനുഭവത്തിന്റെ സമ്പന്നമായ കലവറയിൽനിന്നു നമുക്കായി തന്നിട്ടുള്ള ആത്മനിയന്ത്രണത്തിന്റെ പാഠങ്ങൾ ആരും തങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ വിസ്മരിക്കാതിരിക്കട്ടെ. അവർ നമുക്കായി നൽകിയിട്ടുള്ള അടിസ്ഥാനതത്ത്വങ്ങൾ ഇന്നത്തെ എല്ലാ സജ്ജീകരണങ്ങളോടുംകൂടിയ പരീക്ഷണശാലകളേക്കാൾ നല്ലതായ ഒന്നിൽ പരീക്ഷിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതാണ്. ആത്മനിയന്ത്രണത്തിന്റെ ആവശ്യമാണ് അവയെല്ലാം പൊതുവിൽ പഠിപ്പിക്കുന്നതു്.

14

എന്റെമാത്രമല്ല, എന്റെ സഹപ്രവർത്തകരിൽ പലരുടെയും അനുഭവങ്ങളിലധിഷ്ഠിതമായ ഏതാനും ചില ലളിതമായ നിയമങ്ങൾ വായനക്കാരന്റെ മുമ്പിൽ സമർപ്പിക്കാം.

1. ബാലികാബാലന്മാരെ അവർ നിഷ്കളങ്കരാണെന്നും അങ്ങനെതന്നെ കഴിയാൻ അവർക്കു സാധിക്കുമെന്നുള്ള പരിപൂർണവിശ്വാസത്തോടെ ലളിതവും പ്രകൃത്യനുസൃതവുമായി വളർത്തണം.

2. ഉഷ്ണജനകവും വികാരോദ്ദീപകവുമായ ആഹാരങ്ങൾ, മുളക് മുതലായ മസാലകൾ, വറവുസാധനങ്ങൾ, മധുരപലഹാരങ്ങൾ, പൊരിച്ച സാധനങ്ങൾ മുതലായി കൊഴുപ്പും ഗുരുത്വവുമുള്ള ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾ എന്നിവ എല്ലാവരും വർജിക്കണം.

3. ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാർ വെവ്വേറെ മുറികളിൽ കഴിക്കുകയും ഗോപ്യത ഒഴിവാക്കുകയും വേണം.

4. ശരീരത്തെയും മനസ്സിനെയും ആരോഗ്യകരമായ കാര്യങ്ങളിൽ നിരന്തരം വ്യാപരിപ്പിക്കണം.

5. നേരത്തെ ഉറങ്ങുകയും നേരത്തെ ഉണരുകയും ചെയ്യണം.

6. എല്ലാ അശ്ലീലമായ സാഹിത്യവും ഉപേക്ഷിക്കണം. മലീമസമായ ചിന്തകൾക്കുള്ള പ്രതിവിധി ശുദ്ധമായ ചിന്തകളാണ്.

---

14. യങ് ഇൻഡ്യ, 13–10–1920 (Self–restraint V. Self–indulgence, p. 74)

7. വികാരോദ്ദീപകങ്ങളായ നാടകം, സിനിമാ മുതലായവ വർജ്ജിക്കണം.

8. നിശാസ്വപ്നങ്ങൾ യാതൊരുത്കണ്ഠയും ഉളവാക്കേണ്ടതില്ല. ഇത്തരം സന്ദർഭങ്ങളിൽ സാമാന്യം നല്ല ആരോഗ്യമുള്ള ഒരാളിന് പച്ചവെള്ളത്തിൽ കുളിക്കുന്നതു നല്ല പ്രതിവിധിയായിരിക്കും. ഇടയ്ക്കിടയ്ക്കുള്ള സംയോഗം ആകസ്മികസ്വപ്നങ്ങൾക്കുപററിയ പ്രതിവിധിയാണെന്നു പറയുന്നതു തെററാണ്.

9. എല്ലാററിനുമുപരി ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാർ തമ്മിൽപോലുമുള്ള ലൈംഗികസംയമം പ്രായോഗികമായി അസാദ്ധ്യമെന്നു കരുതത്തക്കവണ്ണം അത്ര വിഷമകരമാണെന്നു കരുതേണ്ടതില്ല. നേരെമറിച്ച്, ആത്മനിയന്ത്രണം ജീവിതത്തിലെ സാധാരണവും പ്രകൃതിസഹജവുമായ നടപടിയായി കരുതണം.

10. പരിശുദ്ധി ലഭിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി ഓരോ ദിവസവും ഹൃദയപൂർവമുള്ള പ്രാർത്ഥന ഒരാളെ ക്രമശഃ പരിശുദ്ധനാക്കും.

15

വ്യവസ്ഥിതമായ ആത്മനിയന്ത്രണത്തോടുകൂടിയ ജീവിതം നയിക്കണമെന്നാഗ്രഹിക്കുന്നവർക്കുവേണ്ടി വിശദമായ നിർദേശങ്ങൾ നൽകുവാൻ ഒരു പത്രലേഖനത്തിലൂടെ ഉദ്യമിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല. അനേക വർഷങ്ങൾക്കു മുമ്പ് ആ ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടി ആരോഗ്യത്തെക്കുറിച്ചു ഞാൻ തയാറാക്കിയ ഒരു പുസ്തകം അവരുടെ ശ്രദ്ധയിൽപ്പെടുത്തിക്കൊള്ളുന്നു. പുതിയ അനുഭവങ്ങളുടെ വെളിച്ചത്തിൽ അതിൽ ചില ഭാഗങ്ങളിൽ ചില വ്യതിയാനങ്ങൾ ആവശ്യമുണ്ട്. എങ്കിലും ആ പുസ്തകത്തിൽ ഞാൻ പിൻവലിക്കേണ്ടതായി ഒന്നുമില്ല. ഏതായാലും പൊതുനിർദേശങ്ങൾ ഇവിടെ ആവർത്തിക്കുന്നതുചിതമായിരിക്കും.

1. മിതമായി ഭക്ഷിക്കുക, എപ്പോഴും ഹൃദ്യമായ ഒരു വിശപ്പോടുകൂടിയായിരിക്കണം ഊൺമുറി വിട്ടുപോകുന്നത്.

2. കൂടുതൽ മസാല ചേർത്തതും കൊഴുപ്പുള്ളതുമായ ഭക്ഷണം കഴിക്കാതിരിക്കുക. വേണ്ടത്ര പാലു കിട്ടാനുള്ളപ്പോൾ പ്രത്യേകമായ കൊഴുപ്പിന്റെ ആവശ്യം ഒട്ടുമില്ല. ഊർജത്തിന്റെ ദുർവ്യയമില്ലാത്തപ്പോൾ ഭക്ഷണവും കുറച്ചു മതിയാകും.

3. മനസ്സും ശരീരവും നിരന്തരം സ്വച്ഛമായ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ വ്യാപരിപ്പിക്കണം.

15. യങ് ഇൻഡ്യ 2-9-1926 (Self-restraint V. Self-indulgence. p. 80)

4. നേരത്തെ ഉറങ്ങുകയും നേരത്തെ ഉണരുകയും ചെയ്യേണ്ടതു ഒരാവശ്യമാണു്.

5. എല്ലാററിനുമുപരിയായി, ആത്മനിയന്ത്രണത്തോടുകൂടിയ ഒരു ജീവിതത്തിനു് ഈശ്വരനുമായി പുനരൈക്യപ്പെടുന്നതിനുള്ള ശക്തിമത്തായ സജീവാഭിലാഷം ആവശ്യമാണു്. ഈ കേന്ദ്രവസ്തു, ഹൃദയപൂർവം മനസ്സിലാക്കുമ്പോൾ അദ്ദേഹത്തിൻെറ ഉപകരണമായ ഈ ശരീരം പരിശുദ്ധമായും കേടുകൂടാതെയും സൂക്ഷിക്കുന്നതിനായി നമുക്കു ഈശ്വരനിൽ കൂടുതലായി ആശ്രയമനോഭാവമുണ്ടാകും. ഗീത പറയുന്നു. 'ഉപവസിച്ചാലും വികാരങ്ങൾ വീണ്ടും വീണ്ടുമുണ്ടാകുന്നു; എന്നാൽ ആ അഭിലാഷംപോലും ഈശ്വരദർശനത്തിൽ ഇല്ലാതാകുന്നു.' ഇതു തികച്ചും ശരിയാണു്.

... ലേഖകൻ ആസനങ്ങളേയും പ്രാണായാമത്തേയും പരാമർശിക്കുന്നു. ആത്മനിയന്ത്രണം അനുവർത്തിക്കുന്നതിൽ അവയ്ക്കു സുപ്രധാനമായ ഒരു സ്ഥാനമുണ്ടെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഈ വഴിക്കുള്ള എൻെറ അനുഭവങ്ങൾ, രേഖപ്പെടുത്താൻമാത്രം കാര്യമായിട്ടില്ലെന്നു പറയേണ്ടിവരുന്നതിൽ ഞാൻ ഖേദിക്കുന്നു. എൻെറ അറിവിൽ ഈ വിഷയത്തെക്കുറിച്ചു് ഇക്കാലത്തെ അനുഭവങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള വിവരങ്ങൾ തരുന്ന അധികം ഗ്രന്ഥങ്ങളില്ല. എങ്കിലും പരിശോധിക്കപ്പെടേണ്ട ഒരു രംഗമാണതു്. എന്നാൽ ഇതൊന്നു പരീക്ഷിച്ചു നോക്കുകയോ അടുത്തുതന്നെ കാണാനിടയാകുന്ന ഹഠയോഗിയുടെ നിർദേശങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുകയോ ചെയ്യരുതെന്നു ഞാൻ ഇതിനെക്കുറിച്ചു് അനുഭവമില്ലാത്ത വായനക്കാരനു മുന്നറിവു നൽകുന്നു. ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹത്തോടുകൂടിയതും ഈശ്വരചിന്താപരവുമായ ഒരു ജീവിതം ഏറെ അഭിലഷണീയമായ ഈ സംയമം കൈവരുത്തുന്നതിനു തികച്ചും മതിയാകുമെന്നു അയാൾ ഉറയ്ക്കട്ടെ.

16

ഭോഗലാലസത ഒരു മതമാക്കിയിട്ടില്ലാത്തവരും, എന്നാൽ യഥാർത്ഥത്തിൽ നഷ്ടപ്പെട്ടതും, സാധാരണനിലയിൽ നമ്മുടെ സഹജാവസ്ഥയായിരിക്കേണ്ടതുമായ ആത്മനിയന്ത്രണം വീണ്ടെടുക്കുന്നതിനു ശ്രമിക്കുന്നവരുമായ ആളുകൾ താഴെപ്പറയുന്ന പേജുകൾ വായിക്കുന്നതു സഹായകമായിരിക്കട്ടെ. അവർക്കു മാർഗദർശനത്തിനു താഴെപ്പറയുന്ന നിർദേശങ്ങൾ ആവശ്യമാകാം.

1. നിങ്ങൾ വിവാഹിതനാണെങ്കിൽ ഭാര്യ നിങ്ങളുടെ സുഹൃത്തും സഖിയും സഹധർമിണിയുമാണെന്നും, ലൈംഗികാനന്ദത്തിനുള്ള ഉപകരണമല്ലെന്നും സ്മരിക്കുക.

---

16. "Self-restraint V. Self-indulgence" എന്ന സമാഹാരത്തിൻെറ രണ്ടാം പതിപ്പിൻെറ അവതാരികയിൽനിന്നു്.

2. ആത്മനിയന്ത്രണം നിങ്ങളുടെ ജീവിതനിയമമാണു്. അതിനാൽ ഇരുകക്ഷികളും അഭിലഷിക്കുമ്പോൾ മാത്രമേ, സംയോഗം ചെയ്യാൻ പാടുള്ളൂ. അതും തെളിഞ്ഞ മനസ്സോടെ രണ്ടാളുകളും സമ്മതിച്ചിട്ടുള്ള വ്യവസ്ഥകളനുസരിച്ചുവേണം.

3. നിങ്ങൾ അവിവാഹിതനാണെങ്കിൽ പരിശുദ്ധി പാലിക്കേണ്ടതു നിങ്ങളോടും സമുദായത്തോടും നിങ്ങളുടെ ഭാവിസഖിയോടുമുള്ള ഒരു കടപ്പാടാണു്, നിങ്ങൾ ഈ അനുസരണാബോധം പുലർത്തുകയാണെങ്കിൽ അതു് എല്ലാ പ്രലോഭനങ്ങളിൽനിന്നുമുള്ള തെററാത്ത ഒരു രക്ഷയായിത്തീരും.

4. നമുക്കു കാണാൻ കഴിയുകയില്ലെങ്കിലും നമ്മുടെ ഉള്ളിലിരുന്നുകൊണ്ടു് ഓരോ അവിശുദ്ധവിചാരത്തേയും ശ്രദ്ധിക്കുന്നതായി നമുക്കനുഭവപ്പെടുന്ന ആ അദൃശ്യശക്തിയെക്കുറിച്ചു് എപ്പോഴും ചിന്തിക്കുക. അങ്ങനെയായാൽ ആ ശക്തി എപ്പോഴും നിങ്ങളെ സഹായിക്കുന്നതായി നിങ്ങൾക്കു കാണാൻ കഴിയും.

5. ആത്മനിയന്ത്രണത്തോടുകൂടിയ ഒരു ജീവിതത്തിൻെറ നിയമങ്ങൾ ഭോഗലാലസമായ ഒരു ജീവിതത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന നിയമങ്ങളിൽനിന്നു വ്യത്യസ്തമായിരിക്കണമല്ലോ അതിനാൽ നിങ്ങൾ, നിങ്ങളുടെ കൂട്ടും വായനയും വിനോദസങ്കേതങ്ങളും ഭക്ഷണവും നിയന്ത്രിക്കണം. നിങ്ങൾ നല്ലവരും പരിശുദ്ധരുമായവരുടെ സമ്പർക്കം തേടണം. ദുർവികാരജനകങ്ങളായ ആഖ്യായികകളും മാസികകളും വായിക്കുന്നതിൽനിന്നും ദൃഢമായി പിന്തിരിയുകയും മനുഷ്യത്വത്തെ നിലനിർത്തുന്ന ഗ്രന്ഥങ്ങൾ വായിക്കുകയും ചെയ്യണം. ഒരു ഗ്രന്ഥം നിങ്ങളുടെ പരിശോധനയ്ക്കും വഴികാട്ടലിനുമുള്ള സന്തതസഹചാരിയായി തെരഞ്ഞെടുക്കണം.

നിങ്ങൾ നാടകശാലകളും സിനിമാമന്ദിരങ്ങളും വർജിക്കണം. ഉല്ലാസം നിങ്ങൾ നിങ്ങളെത്തന്നെ ശിഥിലീകരിക്കുന്നിടത്തല്ല പുനർനിർമ്മിക്കുന്നിടത്താണു്. അതിനാൽ, നിങ്ങൾ പദവും രാഗവും ആത്മാവിനെ ഔന്നത്യത്തിലേക്കുയർത്തുന്ന ഭജനമണ്ഡലികളിൽ പങ്കെടുക്കണം. രസനയുടെ തൃപ്തിക്കല്ല, വിശപ്പിൻെറ ശമനത്തിനായിരിക്കണം നിങ്ങൾ ആഹാരം കഴിക്കുക. സുഖലോലുപനായ ഒരാൾ ഭക്ഷിക്കാൻവേണ്ടി ജീവിക്കുന്നു. ആത്മനിയന്ത്രണമുള്ളവനാകട്ടെ, ജീവിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി ഭക്ഷിക്കുന്നു. അതിനാൽ, നിങ്ങൾ അസ്വാസ്ഥ്യജനകമായ മസാലവർഗങ്ങളും ഞരമ്പുകളെ ഉദ്വേഗം കൊള്ളിക്കുന്ന മദ്യവും നന്മതിന്മബോധത്തെ മരവിപ്പിക്കുന്ന മയക്കുമരുന്നുകളും ഉപേക്ഷിക്കുക. ഭക്ഷണത്തിൻെറ അളവും സമയവും നിയന്ത്രിക്കുക,

6. ലൈംഗികാഭിലാഷം, നിങ്ങളെ കീഴ്പെടുത്തുമെന്നു തോന്നുമ്പോൾ മുട്ടിന്മേൽ വീണു സഹായത്തിനായി ഈശ്വരനോടു കേ

ണപേക്ഷിക്കുക. രാമനാമം, എന്റെ ഒരിക്കലും തെററാത്ത സഹായിയാണ്. ഒരു ബാഹ്യസഹായമെന്ന നിലയിൽ നിതംബസ്നാനം ചെയ്യുക. അതായതു് ഒരു പാത്രം തണുത്ത വെള്ളത്തിൽ കാൽ വെളിയിലേയ്ക്കിട്ടുകൊണ്ടു് ഇരിക്കുക. നിങ്ങളുടെ വികാരം ഉടനെ ശമിച്ചതായി കാണാം. നിങ്ങൾക്കു ബലക്ഷയമോ കുളിരുകൊണ്ടു അപകടമുണ്ടാകുന്നതിനു സാദ്ധ്യതയോ ഇല്ലെങ്കിൽ ഏതാനും നിമിഷനേരത്തേക്കു് അതിൽ ഇരിക്കുക.

7. തുറന്ന സ്ഥലത്തു ശീഘ്രഗതിയിൽ നടക്കുക. ആരോഗ്യവാൻ, സമ്പന്നൻ, ബുദ്ധിമാൻ—ഇതു ഭദ്രമായ ഒരു പഴഞ്ചൊല്ലാണു്. ഒൻപതുമണിക്കുറങ്ങുക, നാലുമണിക്കു് എണീക്കുക—ഇതു് ഒരു നല്ല ചിട്ടയാണു്. ഒഴിഞ്ഞ വയറോടെ ഉറങ്ങാൻ പോവുക. അതിനാൽ നിങ്ങളുടെ അവസാന ആഹാരം ആറുമണിക്കുശേഷമാവരുതു്. എല്ലാ ജീവജാലങ്ങളേയും സേവിക്കുവാനും അങ്ങനെ ഈശ്വരന്റെ അന്തസ്സും സ്നേഹവും തന്നിലും പ്രകടിപ്പിക്കുവാനും ഉള്ള അദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രതിനിധിയാണു് മനുഷ്യൻ എന്നു് ഓർക്കുക. സേവനമായിരിക്കട്ടെ നിങ്ങളുടെ ഒരേഒരാനന്ദം. ജീവിതത്തിൽ നിങ്ങൾക്കു മറെറാരാനന്ദവും പിന്നീടാവശ്യമായി വരികയില്ല.

17

അന്വേഷകരിൽനിന്നു പതിവായി എനിക്കു കിട്ടിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന കത്തുകളിൽനിന്നു ഞാൻ മനസ്സിലാക്കിയതിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ നിങ്ങൾക്കു താഴെപ്പറയുന്ന മുന്നറിവു നല്കാൻ ഞാനാഗ്രഹിക്കുന്നു: ആത്മനിയന്ത്രണത്തിൽ വിശ്വസിക്കുന്നവർ ഒരിക്കലും മിഥ്യാരോഗികളാകരുതു്. ആത്മനിയന്ത്രണം പാലിക്കുന്നതിലുള്ള തങ്ങളുടെ പരാജയത്തെക്കുറിച്ചു് അവർ വിചാരമഗ്നരായിരിക്കുന്നതായി എഴുത്തുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. നല്ലതായ മറെറല്ലാററിനുമെന്നപോലെ ആത്മനിയന്ത്രണത്തിനും ഒടുങ്ങാത്ത ക്ഷമാസമ്പത്തു് ആവശ്യമാണു്. വിഷണ്ണരാകാൻ യാതൊരു കാരണവുമില്ല. ചിന്താകുലരാകാൻ പാടില്ല. ദുഷ്ടവിചാരങ്ങളെ ഓടിച്ചുകളയാൻ മനഃപൂർവമായ ശ്രമങ്ങളൊന്നും നടത്തേണ്ടതില്ല. ആ നടപടിതന്നെ ഒരുതരം സുഖഭോഗമാണു്.

അതിനുള്ള ഏററവും നല്ല പ്രതിവിധി, ഒരുപക്ഷേ, എതിർപ്പു പ്രകടിപ്പിക്കാതിരിക്കുക, അതായതു്, ദുഷ്ടവിചാരങ്ങളെ അവഗണിച്ചുകൊണ്ടു് തന്റെ മുമ്പിലുള്ള ചുമതലകളിൽ നിരന്തരം വ്യാപ്തനായിക്കഴിയുകയാണെന്നു തോന്നുന്നു. മനസ്സിന്റെയും ആത്മാ

17. "Self-restraint V. Self-indulgence" എന്ന സമാഹാരത്തിന്റെ മൂന്നാം പതിപ്പിന്റെ മുഖവുരയിൽ നിന്നു്. (3—8—1928)

വിൻെറയും ശരീരത്തിൻെറയും കേന്ദ്രീകൃത ശ്രദ്ധ ആവശ്യമുള്ള സർവംകഷമായ എന്തെങ്കിലും സേവനം ഉണ്ടായിരിക്കണമെന്നർത്ഥം. 'അലസമായ കൈകൾക്ക് എപ്പോഴും എന്തെങ്കിലും കുസൃതി ചെയ്യാനുണ്ടാകും' എന്ന തത്വം ഇക്കാര്യത്തിലെന്നപോലെ മറ്റൊന്നും യോജിക്കുകയില്ല. നാം ഇങ്ങനെ കർമ്മനിരതരായിരിക്കുമ്പോൾ ദുഷ്ടചിന്തകൾ, അതിലുമധികം, ദുഷ്ടപ്രവൃത്തികൾ അസാദ്ധ്യമാണ്. അതിനാൽ, ഓരോരുത്തരുടെയും ശരീരികമായ കഴിവനുസരിച്ചുള്ള അത്യധ്വാനം, വ്യക്തിയുടെയും സമുദായത്തിൻെറയും സാർവത്രികമായ പുരോഗതിക്ക് ഒഴിച്ചുകൂടാൻ പാടില്ലാത്തതായ ആത്മനിയന്ത്രണനിയമം അനുസരിക്കുന്നവർക്ക് തികച്ചും ആവശ്യമാണ്.

എക്കാലത്തും ഞാൻ ഉത്തമബോധത്തോടുകൂടി ജോലി ചെയ്തിരുന്നെങ്കിലും, ഈ സുഖഭോഗം എൻെറ ജോലിയെ തടസ്സപ്പെടുത്തിയിരുന്നെന്നുള്ള വസ്തുത എനിക്കു വ്യക്തമായി സ്മരിക്കുവാൻ കഴിയും. ഈ പരിമിതിയെക്കുറിച്ചുള്ള ബോധമാണ് എന്നെ ആത്മനിയന്ത്രണത്തിൻെറ പാതയിലേക്കു തിരിച്ചുവിട്ടത്.

ബി. കൃത്രിമമാർഗങ്ങൾ

1. *കൃത്രിമമാർഗങ്ങൾക്കനുകൂലമായ ചില വാദമുഖങ്ങൾ*

18

സന്യാസികൾക്കുവേണ്ടിയോ സന്യാസിയെന്ന നിലയിലോ അല്ല, ഞാനിതു് എഴുതിയിട്ടുള്ളതെന്നു വ്യക്തമാക്കട്ടെ! ആ വാക്കിൻെറ അംഗീകൃതാർത്ഥത്തിൽ ഒരു സന്യാസിയാണു ഞാനെന്നു ഞാനവകാശപ്പെടുന്നില്ല. എൻെറ നിരീക്ഷണങ്ങൾ, ഇരുപത്തഞ്ചു കൊല്ലക്കാലത്തെ ചെറിയൊരു ഭ്രംശമൊഴിച്ചാൽ, വ്യക്തിപരവും നിരന്തരവുമായ ആചരണത്തിൻെറയും, ഏതാനും നിഗമനങ്ങളിലെത്താൻ കഴിയത്തക്കവണ്ണം നീണ്ട കാലത്തേക്ക് ഈ പരീക്ഷണത്തിൽ എന്നോടു സഹകരിച്ചിട്ടുള്ളവരുടെ അനുഭവങ്ങളുടെയും അടിസ്ഥാനത്തിലുള്ളവയാണ്. ഈ പരീക്ഷണത്തിൽ സ്ത്രീകളും, പുരുഷന്മാരും, ചെറുപ്പക്കാരും, വൃദ്ധന്മാരും പങ്കെടുത്തിരുന്നു. അതിനു കുറെയധികം ശാസ്ത്രീയമായ സൂക്ഷ്മതയുണ്ടെന്നും ഞാനവകാശപ്പെടുന്നു. നിസ്സംശയമായും, അതിനു തികച്ചും ധാർമികമായ ഒരടിസ്ഥാനമുണ്ടായിരുന്നു. എന്നാൽ, ജനനനിയന്ത്രണത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള അഭിലാഷത്തിൽനിന്നാണതുത്ഭവിച്ചതു്. എൻെറ കാര്യംതന്നെ പ്രത്യേകമായും ആ ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടിയായിരുന്നു. തികച്ചും സ്വാഭാവികമായിട്ടാണെങ്കിലും, അനന്തരപരിഗണനയിൽ ഗംഭീരമായ ധാർമികഫലങ്ങൾ അതിൽനിന്നുളവായെന്നു ബോദ്ധ്യപ്പെട്ടു. യുക്തിപൂർവകമായി യത്നിച്ചാൽ വലിയ വിഷമംകൂടാതെ ആത്മനിയ

18. യങ്ഇൻഡ്യ, 2–4–1920 (Self–restraint V. self-indulgence, p 49)

ന്ത്രണം പാലിക്കാൻ കഴിയമെന്നു് അവകാശപ്പെടാൻ എനിക്ക ധൈര്യമുണ്ടു്. തീർച്ചയായും ഇതു ഞാൻ മാത്രമല്ല, ജർമ്മിനിയിലേയും മററും പ്രകൃതിചികിത്സാവിദഗ്ദ്ധന്മാരും മുമ്പോട്ടു കൊണ്ടുവന്നിട്ടുള്ള ഒരവകാശവാദമാണു്. ജലചികിത്സയും മണ്ണുപുരട്ടലും ചൂടു ജനിപ്പിക്കാത്തതും പ്രധാനമായും ഫലവർഗങ്ങളടങ്ങിയതുമായ ഭക്ഷണവും ഞരമ്പുകൾക്ക കുളിർമ്മ നൽകുകയും മൃഗീയവികാരങ്ങളെ എളുപ്പം നിയന്ത്രണവിധേയമാക്കുകയും അതേസമയംതന്നെ ശരീരത്തിനു് ഉന്മേഷം പ്രദാനം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുമെന്നു് അവർ പഠിപ്പിക്കുന്നു. ശാസ്ത്രീയമായി നിയന്ത്രിക്കപ്പെടുന്ന പ്രാണായാമത്തിനും, അതിലെ കൂടുതൽ ഉന്നതമായ അനുഷ്ഠാനങ്ങൾ സ്പർശിക്കപ്പെടാതെതന്നെ ഈ ഫലം ഉളവാക്കാൻ കഴിയുമെന്നു രാജയോഗികളും അവകാശപ്പെടുന്നുണ്ടു്. പാശ്ചാത്യചികിത്സാസമ്പ്രദായമോ പുരാതന ഇൻഡ്യൻ ചികിത്സാരീതിയോ സന്യാസിക്കുവേണ്ടിയല്ല; തികച്ചും ഗൃഹസ്ഥാശ്രമികൾക്കുവേണ്ടിയാണു ഉദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതു്.

നമ്മുടെ ജനപ്പെരുപ്പംമൂലം, ഈ രാഷ്ട്രത്തിൽ ജനനനിയന്ത്രണം അത്യാവശ്യമാണെന്നു വാദിക്കുകയാണെങ്കിൽ, ഞാനതിനെ എതിർക്കും. അതു് ഒരിക്കലും തെളിയിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ല. എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ, ശരിയായ ഭൂവിതരണം മെച്ചപ്പെട്ട കൃഷിസമ്പ്രദായം, അതിനു പൂരകമായ വ്യവസായം എന്നിവയാൽ, നമുക്കു് ഇന്നിവിടെയുള്ളതിൽ ഇരട്ടി ജനങ്ങളെ പോററാൻ കഴിയും എന്നാണെന്റെ അഭിപ്രായം. എങ്കിലും, ഇന്നു് ഈ രാജ്യത്തിൽ നിലവിലിരിക്കുന്ന രാഷ്ട്രീയമായ സാഹചര്യങ്ങളുടെ കാഴ്ചപ്പാടിൽ, ഞാനും ഇവിടെ ജനനനിയന്ത്രണം ആവശ്യമാണെന്നു വാദിക്കുന്നവരോടു യോജിച്ചിരിക്കുകയാണു്.

19

നമ്മുടെ മുപ്പത്തഞ്ചുകോടികളെ പോററാൻ ഇവിടെ ആവശ്യമായ ഭൂമിയില്ലെന്നല്ല, ഇന്ത്യയിൽ ജനസാന്ദ്രത കൂടുതലാണെന്നും കൂടുതലുള്ള ജനങ്ങൾ മരിക്കണമെന്നും പറയുന്നതു വിഡ്ഢിത്തമാണു്. നമുക്കിവിടെയുള്ള കൃഷിയോഗ്യമായ ഭൂമിയെല്ലാം വേണ്ടവിധത്തിൽ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുകയും അവിടെനിന്നു് ഏററവും കൂടുതൽ വിളവുത്പാദിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നപക്ഷം, അതു നമ്മുടെ ജനങ്ങളെ മുഴുവൻ പോററാൻ മതിയാകുമെന്നു് എനിക്കുറപ്പുണ്ടു്. നാം അദ്ധ്വാനശീലരാകുകയും ഇപ്പോൾ ഒരു നെല്ലോല വളരുന്നിടത്തു രണ്ടെണ്ണം വിളയിക്കുകയും വേണമെന്നു മാത്രം.

ഇതിന്റെ പ്രതിവിധി, നാം പാവപ്പെട്ട ഗ്രാമീണരുമായി താദാത്മ്യം പ്രാപിക്കുകയും അവന്റെ ഭൂമിയിൽനിന്നു നമുക്കാവശ്യമുള്ള വിളവു സമൃദ്ധമായുണ്ടാക്കാൻ അവനെ സഹായിക്കുകയും

19. ഹരിജൻ, 11—5—1935 (India of my Dreams, p. 49)

അവൻ ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നതുമാത്രം നാം ഉപയോഗിക്കുകയും അവൻ ജീവിക്കുന്നതുപോലെ ജീവിക്കുകയും, ഭക്ഷണത്തിലും ജീവിതത്തിലും കൂടുതൽ വിവേകപൂർവമായ ഒരു നിലപാടു സ്വീകരിക്കുവാൻ അവനെ പ്രേരിപ്പിക്കുകയും ആകുന്നു.

20

('സംഭവങ്ങളുടെയും വസ്തുക്കളുടേയും ഒരു സൂക്ഷ്മനിരീക്ഷകൻ' എന്ന പേരിൽ ഒരാൾ എഴുതിയ കത്തിനു ഗാന്ധിജി മറുപടി പറയുകയാണ്. ആ കത്തിൽ അയാൾ പറയുന്നു.... 'അനുക്രമം ഉയർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഭീമമായ ജനസംഖ്യയോടുകൂടിയ ഇന്ത്യയെപ്പോലുള്ള ഒരു രാജ്യത്തിൽ എല്ലാവരെയും സാമാന്യം സുഖകരമായി പുലർത്താൻ ഒരുകാലത്തും കഴിയുകയില്ലെന്നും ഞാൻ ഭയപ്പെടുന്നു....')

ഇന്നു നിലവിലുള്ള ജനങ്ങൾക്കു സാമാന്യം നല്ല സുഖസൗകര്യങ്ങൾ പ്രദാനം ചെയ്യുന്നതിനെക്കുറിച്ചുള്ള ലേഖകന്റെ ഭീതി, സ്വഭാവികമായിത്തന്നെ ജനപ്പെരുപ്പത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഭീതിയിലേക്കു നമ്മെ നയിക്കുന്നു. അപ്പോൾ ജനനനിയന്ത്രണത്തെ ആശ്രയിക്കുന്നതു ന്യായമായ ഒരു നടപടിയായിത്തീരുന്നു. ജനനനിയന്ത്രണം ഭയാനകമായ ഒരു ശസ്ത്രമായിട്ടാണ് എനിക്കു തോന്നുന്നത്. അതു് അജ്ഞാതശക്തികളോടു കളിക്കുന്നതിനു തുല്യമായിത്തീരുന്നു. ചില ചുററുപാടുകളിൽ കൃത്രിമമാർഗങ്ങളിലൂടെ ജനനനിയന്ത്രണം കൈവരുത്തുന്നതു നീതീകരിക്കാവുന്നതാണെന്നുവച്ചാലും ജനലക്ഷങ്ങളുടെയിടയിൽ പ്രയോഗത്തിൽ വരുത്തുന്ന ഘട്ടമാകുമ്പോൾ അതു തികച്ചും അപ്രായോഗികമായിത്തീരുന്നു. ഗർഭനിരോധനോപായങ്ങൾവഴിയുള്ള നിയന്ത്രണത്തെക്കാൾ ആത്മനിയന്ത്രണം ശീലിക്കാൻ അവരെ പ്രേരിപ്പിക്കുകയാണ് എളുപ്പമെന്ന് എനിക്കു തോന്നുന്നു. നമ്മുടെ ഈ കൊച്ചുഭൂഗോളം ഇന്നലെയുണ്ടായ ഒരു കളിപ്പാട്ടമല്ല. കഴിഞ്ഞുപോയ എണ്ണമററ വർഷലക്ഷങ്ങളിലെങ്ങും ജനപ്പെരുപ്പത്തിന്റെ ഭാരത്താൽ അതു വിഷമിച്ചിട്ടില്ല. അതിനാൽ ഗർഭനിരോധനോപായങ്ങൾവഴി ജനനനിരക്കു നിയന്ത്രിച്ചില്ലെങ്കിൽ ഭക്ഷ്യദൗർല്ലഭ്യത്താൽ അതു നശിക്കാനിടയുണ്ടെന്നുള്ള സത്യം പെട്ടെന്നു് ഏതാനും ചിലയാളുകളിൽ എങ്ങനെയാണ് ഉദിക്കാനിടയായതു ? ലേഖകൻ ഒരു മിഥ്യാധാരണിയിൽനിന്നു മററൊന്നിലേക്കു നീങ്ങി, ഇതുവരെ അറിയപ്പെടാത്ത തോതിലുള്ള കൃത്രിമഗർഭനിരോധനവസ്തുക്കളുടെ ചെളിക്കുഴിയിൽചെന്നു ചാടിയിട്ടില്ലയെന്നാണെന്റെ ഭയം.

21

വർദ്ധമാനമായ ജനനനിരക്കെന്ന ഉമ്മാക്കി ഒരു പുതിയ സംഗതിയല്ല അതു പലപ്പോഴും നമ്മെ ഭീതിപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. ജന

---

20. ഹരിജൻ, 14-9-1935 (Cent percent Swadesi, p. 54)
21. ഹരിജൻ, 31-3-'46 (Self-restraint V. Self-indulgence, p. 175)

സംഖ്യാവർദ്ധനവ് തടയേണ്ട ഒരു ആപത്തല്ല. അങ്ങനെ ഒരു ആപത്തായി അതിനെ കരുതുകയുമരുത്. കൃത്രിമോപാധികൾ മൂലമുള്ള അതിന്റെ ക്രമീകരണം അഥവാ നിയന്ത്രണം നമുക്ക് അറിയാമെങ്കിലും ഇല്ലെങ്കിലും പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്ന ഒരു വിപത്താണ്. അതു സാർവത്രികമാകുമെങ്കിൽ—അതൊരിക്കലും സംഭവിക്കയില്ലെന്നു പ്രാർത്ഥിക്കാം—മനുഷ്യവംശത്തെ അത് അധഃപതിപ്പിക്കും. ആഗ്രഹിക്കാതുണ്ടാകുന്ന കുട്ടികൾ കാരണമായ ശപിക്കപ്പെട്ട കാമത്തിനുള്ള ശപിക്കപ്പെട്ട പ്രതിവിധിയാണു പകർച്ചവ്യാധികളും, യുദ്ധങ്ങളും, ക്ഷാമവും. ഈ ത്രിമുഖശാപത്തെ ഒഴിവാക്കുന്നതിനു നാം ശ്രമിക്കുമെങ്കിൽ ആത്മനിയന്ത്രണമെന്ന അതിപ്രാധാന്യമേറിയ പ്രതിവിധിമൂലം ആവശ്യമില്ലാത്ത കുട്ടികളെന്ന ശാപത്തേയും തടയാം. തിരിച്ചറിവുള്ള മനുഷ്യർ ഇപ്പോഴേ കൃത്രിമോപകരണങ്ങളുടെ ദൂഷിച്ച ഫലങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നുണ്ട്. മുയലുകളെപ്പോലുള്ള വംശവർദ്ധന സംശയമെന്യേ തടയേണ്ടതാണെന്നു് ആദ്ധ്യാത്മികവശങ്ങളിലേക്കു കടക്കാതെതന്നെ ഞാൻ പറഞ്ഞുകൊള്ളട്ടെ. പക്ഷേ, അതിന്റെ പിന്നാലെ അതിലും വലുതായ ദോഷങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ ഇടയാക്കരുത്. വംശത്തിന്റെ ഔത്കൃഷ്ട്യം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്ന മാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെ അതു തടയണം. മറെറാരുതരത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ അതു ജീവിതത്തിന്റെ എല്ലാ തുറകളെയും സ്പർശിക്കുന്ന ശരിയായ അഭ്യസനമായിരിക്കണം. ഒരു ശാപത്തെ നേരിടുന്നതിനോടൊപ്പം മററു ശാപങ്ങളും അതിന്റെ പരിധിക്കുള്ളിലായിക്കൊള്ളും, മൃഗങ്ങളിലേക്കുള്ള ഒരു പാത, ഉയരത്തിലേക്കു പോകുന്നതുകൊണ്ട് അതിനെ ആരും ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കയില്ല. ഉയർച്ചയിലേക്കുള്ള മനുഷ്യന്റെ പുരോഗതി എന്നതിനർത്ഥം സദാ വർദ്ധിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന വൈഷമ്യങ്ങളെന്നാണ്. അവ സ്വാഗതാർഹങ്ങളുമാണ്.

22

സന്താനോത്പാദനത്തിനുള്ള ആവശ്യം ഇല്ലാതാകുമ്പോൾ മനുഷ്യർ മൃഗീയവികാരങ്ങളുടെ ആസ്വാദനം അവസാനിപ്പിക്കണമെന്നു ഞാൻ നിർദ്ദേശിക്കുന്നു. ആത്മനിയന്ത്രണമെന്ന പ്രതിവിധി പ്രചരിപ്പിക്കുകയും ഫലപ്രദമാക്കിത്തീർക്കുകയും ചെയ്യാവുന്നതാണ്. അഭ്യസ്തവിദ്യരുടെ ഇടയിൽ അതു പരീക്ഷിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ല. കൂട്ടുകുടുംബപദ്ധതികാരണം ആ വിഭാഗത്തിനു് ഇതുവരെ അതിന്റെ ആവശ്യം അനുഭവപ്പെട്ടിട്ടില്ല. അതിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ധാർമികപ്രശ്നങ്ങളെക്കുറിച്ച് അവർ ചിന്തിച്ചിട്ടില്ല. സന്താനനിയന്ത്രണമെന്ന നിശ്ചിതമായ ഉദ്ദേശ്യത്തിനു ബ്രഹ്മചര്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഏതാനും ചില പ്രസംഗങ്ങളല്ലാതെ ആത്മനിയന്ത്രണം നിർദ്ദേശിക്കുന്ന മററു സുസംഘടിതമായ പ്രചരണമൊന്നും നടത്തി

22. യങ് ഇൻഡ്യ, 2–4–'25 (Self-restraint V. Self-indulgence. pp 45—46.)

യിട്ടില്ല. നേരേമറിച്ച് അംഗസംഖ്യ കൂടിയ ഒരു കുടുംബം മംഗളകരവും അതുകൊണ്ട് അഭിലഷണീയവും ആണെന്ന അന്ധവിശ്വാസം ഇന്നും നിലനിന്നുവരുന്നു. ചില സാഹചര്യങ്ങളിൽ സന്താനോത്പാദനം മതപരമായ ഒരു കർത്തവ്യമായിരിക്കുന്നതുപോലെ തന്നെ ഒരു നിർദിഷ്ട സാഹചര്യത്തിൽ സന്താനനിയന്ത്രണവും പ്രധാന്യമർഹിക്കുന്ന മതപരമായ ഒരു കർത്തവ്യമാണെന്നു മതബോധകർ സാധാരണ പഠിക്കാറില്ല.

സന്താനനിയന്ത്രണത്തിനുവേണ്ടി വാദിക്കുന്നവർ ജന്തുസഹജമായ ലൈംഗികവികാരവ്യാപാരത്തിൽ ഏർപ്പെടുന്നതു ജീവിതത്തിന്റെ ഒരു ആവശ്യമായും, അതിൽത്തന്നെ അഭിലഷണീയമായ ഒരു കാര്യമായും കണക്കാക്കുന്നുവെന്നു ഞാൻ ഭയപ്പെടുന്നു. സ്ത്രീകളോടു കാണിക്കുന്ന അതിതാത്പര്യം ഏററവും അപലപനീയമാണ്. എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ കൃത്രിമമാർഗങ്ങളിലുള്ള സന്താനനിയന്ത്രണത്തെ പിൻതാങ്ങുന്നതിനു സ്ത്രീകൾ തയ്യാറാവുന്നതു സ്ത്രീത്വത്തോടുള്ള അവഹേളനമാണ്. ഇപ്പോൾത്തന്നെ മനുഷ്യൻ തന്റെ കാമദാഹത്തിനുവേണ്ടി അവളെ വേണ്ടുവോളം അധഃപതിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. കൃത്രിമമാർഗത്തിനായി വാദിക്കുന്നവർ,എത്ര സദുദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടിയായിരുന്നാലും ശരി,അവളെ കുറേക്കൂടി അപമാനിതയാക്കും. ഈ ഉപാധികൾ ശുപാർശ ചെയ്യുന്ന ആധുനിക സ്ത്രീകളുണ്ടെന്നെനിക്കറിയാം. എന്നാൽ തങ്ങളുടെ അഭിമാനത്തിനു ചേരാത്തതായി അവയെ തിരസ്ക്കരിക്കുന്ന ഒരു വൻപിച്ച ഭൂരിപക്ഷം സ്ത്രീകളുണ്ടെന്നുള്ളതിൽ എനിക്കു സംശയമില്ല. സ്ത്രീയുടെ നന്മയെ കാംക്ഷിക്കുന്നുവെങ്കിൽ. പുരുഷൻ സ്വയം അവനിൽത്തന്നെ നിയന്ത്രണം അഭ്യസിക്കട്ടെ. ഒരിക്കലും സ്ത്രീയല്ല പ്രലോഭിക്കുന്നതു്; വാസ്തവത്തിൽ അക്രമകാരിയായിരിക്കുന്ന പുരുഷനാണു യഥാർത്ഥ കുററവാളിയും പ്രലോഭകനും.

കൃത്രിമോപാധികൾക്കായി വാദിക്കുന്നവർ അതിന്റെ ഭവിഷ്യൽ ഫലങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കണമെന്നു ഞാൻ നിർബന്ധിക്കുന്നു. ഈ ഉപാധികളുടെ അമിതമായ പ്രയോഗം ഭദ്രമായ വിവാഹബന്ധത്തിന്റെ തകർച്ചയിലും അനിയന്ത്രിതമായ അനുരാഗബന്ധത്തിലും കലാശിക്കും. ഒരുവൻ ആസ്വാദനത്തിനുവേണ്ടിമാത്രം ജന്തുസഹജമായ ലൈംഗികവ്യാപാരങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാമെങ്കിൽ കുറെനാളത്തേക്ക് വീട്ടിൽനിന്ന് അകന്നിരിക്കയോ കാലവിളംബമുള്ള ഒരു യുദ്ധത്തിൽ പട്ടാളക്കാരനായി ചേരേണ്ടിവരികയോ വിഭാര്യനാവുകയോ കൃത്രിമോപാധികൾ ഭാര്യയുടെ ആരോഗ്യത്തിന് അപകടമുണ്ടാക്കാതെ ഉപയോഗിക്കാൻ സാധിക്കാത്തവിധം അവൾ രോഗിണിയായിരിക്കുകയോ ചെയ്യുമ്പോൾ എന്തു ചെയ്യും?

23

തിന്മയ്ക്കു് ഒരു സമ്മാനം നിശ്ചയിക്കുന്നതുപോലെയാണ കൃത്രിമോപാധികരം. അതു സ്ത്രീപുരുഷന്മാരെ വിചാരശൂന്യരാക്കിത്തീക്കുന്നു. ഈ ഉപാധികരംക്കു നൽകപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന മാന്യത പൊതുജനാഭിപ്രായം ഒരുവനിൽ ചുമത്തുന്ന നിയന്ത്രണങ്ങളുടെ തകർച്ചയെ ത്വരിതപ്പെടുത്തുന്നു. കൃത്രിമോപകരണങ്ങളുടെ ഉപയോഗം ബലഹീനതയും നാഡീക്ഷയവും ഉണ്ടാക്കും; ഇവിടെ പ്രതിവിധി രോഗത്തെക്കാളേറെ വഷളാണു്. ഒരുവന്റെ പ്രവൃത്തിയുടെ ഫലങ്ങളെ ഒഴിവാക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നതു തെററും അസാന്മാർഗികവുമാണു്, അമിതമായി തിന്നുന്ന ഒരുവനു വയറുവേദന വരുന്നതും ഒരുപവാസവും നല്ലതാണു്. സുഖഭോജ്യങ്ങരം ആസ്വദിക്കയും അതിന്റെ വിപത്തിൽനിന്നു രക്ഷപ്പെടുന്നതിനു് ആരോഗ്യവർദ്ധകങ്ങളായ രസായനങ്ങളോ മററു മരുന്നുകളോ ഉപയോഗിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതു തെററാണു്. മൃഗീയവികാരങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുകയും അവയുടെ ദുരന്തഫലങ്ങളിൽനിന്നു രക്ഷപ്പെടാൻ ശ്രമിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതും അതിലും പാപമാണു്. പ്രകൃതി വിട്ടുവീഴ്ചയില്ലാത്തവളാണു്. അവളുടെ നിയമങ്ങളെ അങ്ങനെ ആരെങ്കിലും ലംഘിച്ചാൽ അവരം തക്കതായ പ്രതികാരം ചെയ്യും. ധാർമികനിയന്ത്രണം കൊണ്ടുമാത്രമേ ധാർമികഫലങ്ങരം ഉളവാകു. മറെറല്ലാ നിയന്ത്രണങ്ങളും ഏതിനുവേണ്ടി അവ ഉദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നുവോ ആ ഉദ്ദേശ്യത്തെ പരാജയപ്പെടുത്തുന്നു. ആസ്വാദനം ഒരു ജീവിതാവശ്യമായിക്കരുതുന്നതാണു് കൃത്രിമോപാധികളുടെ ഉപയോഗത്തിനടിസ്ഥാനമായ കാരണം. ഇതിൽ കൂടുതൽ അബദ്ധമായി മറെറാന്നുമില്ല.

പലവിധ കാരണങ്ങളാൽ ബലഹീനമായ ഒരു സമുദായം കൃത്രിമ ഉപകരണങ്ങളുടെ ഉപയോഗത്താൽ കുറേക്കൂടി ബലഹീനമാവും. അതുകൊണ്ടു കൃത്രിമോപാധികളെ വളരെ ലാഘവത്തോടെ ശുപാർശ ചെയ്യുന്നവർ ആ വിഷയം ആദ്യംമുതൽ പുതുതായി പഠിച്ചു ഹാനികരമായ അവരുടെ പ്രവർത്തനങ്ങരം നിർത്തിവച്ചു വിവാഹിതർക്കും അവിവാഹിതർക്കുംവേണ്ടി ബ്രഹ്മചര്യം പ്രചരിപ്പിക്കുകയാണെങ്കിൽ അതിലധികം മെച്ചമായ! മറെറാന്നും ചെയ്യാനില്ല. ജനനനിയന്ത്രണത്തിന്റെ ശ്രേഷ്ഠവും ഋജുവുമായ ഒരേ മാർഗം ഇതാണു്.

24

നമുക്കു വിവാഹബന്ധത്തിന്റെ വിശുദ്ധി അംഗീകരിക്കുകയും നിലനിർത്തുകയും ചെയ്യണമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ ആസ്വാദനമല്ല ആത്മനിയന്ത്രണമാണു് ജീവിതത്തിന്റെ നിയമമായി കരുതേണ്ടതു്.

---

23. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ,12–3–'25(Self-restraint V. Self-indulgence, p.40)

24, യങ്ങ് ഇൻഡ്യ,2-4-'25 (Self-restraint V. Self-indulgence, p. 47)

കൃത്രിമമാർഗങ്ങൾ എത്രതന്നെ അനുയോജ്യമായിരുന്നാലും ഹാനികരമാണെന്നു ഞാൻ വാദിക്കുന്നു. അവ ഒരു പക്ഷേ സ്വയം ഉപദ്രവകാരികളല്ലായിരിക്കും; പക്ഷേ, ഓരോ ആസ്വാദനത്തിനുശേഷവും വളർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ആഗ്രഹത്തെ അതു വർദ്ധിപ്പിക്കും. ആസ്വാദനം നിയമാനുസൃതം മാത്രമല്ല അഭികാമ്യം കൂടിയാണെന്നു കരുതുവാൻ ശീലിച്ചിട്ടുള്ള മനസ്സ് ആസ്വാദനത്തിൽത്തന്നെ മുഴുകുകയും മനോബലം മുഴുവൻ നഷ്ടപ്പെടത്തക്കവണ്ണം ഒടുവിൽ ക്ഷീണിക്കയും ചെയ്യും. ശാരീരികമായും മാനസികമായും ആത്മീയമായും ഒരാളെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനാവശ്യമായ അമൂല്യമായ ശക്തിയുടെ ക്ഷയമാണ് ഓരോ സുഖഭോഗത്തിന്റെയും ഫലമെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു.

ശരിയായ കൃത്രിമമാർഗങ്ങൾ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ ക്ഷയപ്പെടുത്തുമെന്നോ ഉത്പാദനശേഷിയില്ലാതാക്കുമെന്നോ ഉള്ള വാദത്തെ ഞാൻ അനുകൂലിക്കുകയോ പ്രതികൂലിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നില്ല. തങ്ങളുടെ ഭാര്യമാരോടു ചേർന്നാണെങ്കിലും ലൈംഗികാസ്വാദനത്തിൽ അമിതവ്യാപാരം ചെയ്തിട്ടുള്ള നൂറുകണക്കിനു യുവാക്കന്മാരിൽ ഞാൻ കണ്ട അധഃപതനത്തിനു കാരണം അതല്ലെന്നു തെളിയിക്കാൻ എത്രതന്നെ സാമർത്ഥ്യമുള്ള ഒരു വൈദ്യവൃന്ദത്തിനും കഴിയുന്നതല്ല.

കൃത്രിമപ്പല്ലിൽനിന്നു സ്വീകരിച്ചിട്ടുള്ള സാദൃശ്യം അപ്രായോഗികമായി എനിക്കു തോന്നുന്നു. കൃത്രിമപ്പല്ലുകൾ തീർച്ചയായും കൃത്രിമവും പ്രകൃതിവിരുദ്ധവുമാണ്. 'എന്നാൽ അവ ഒരു അത്യാവശ്യമായ ഉദ്ദേശ്യത്തെ നിറവേററുന്നുണ്ട്'. നേരേമറിച്ച് വിശപ്പിന്റെ ശമനത്തിനല്ലാതെ രസനയുടെ തൃപ്തിക്കുവേണ്ടി ഭക്ഷിക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന ഒരാൾ ഉപയോഗിക്കുന്ന പ്രത്യൗഷധങ്ങൾമാതിരിയാണ് ഈ കൃത്രിമോപാധികൾ. വെറും രസത്തിനുവേണ്ടി ആഹാരം കഴിക്കുന്നതു', ലൈംഗികാസ്വാദനത്തിനുവേണ്ടിത്തന്നെ അതിൽ ഏർപ്പെടുന്നതുപോലെ പാപമാണ്.

25

ഗർഭനിരോധനോപാധികളുടെ ആവിർഭാവം ലൈംഗികബന്ധത്തെ സംബന്ധിച്ച ആശയത്തെ മാററിയിട്ടുണ്ട്. ഉഭയസമ്മതം ലൈംഗികപ്രവൃത്തിയെ, അതു വിവാഹവലയത്തിനകത്തായാലും പുറത്തായാലും,—അതേ യുക്തിയനുസരിച്ചു നോക്കുമ്പോൾ, ഒരേ ലൈംഗികവിഭാഗത്തിൽപ്പെട്ടവർ തമ്മിലായാലും—നീതീകരിക്കുമെന്നാണെങ്കിൽ ധാർമികതത്വത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനം മുഴുവനും തകരും. ദുരിതവും പരാജയവുമല്ലാതെ മറെറാന്നും ഈ രാജ്യത്തെ യുവാക്കൾക്കു ശേഷിച്ചിരിക്കയുമില്ല. പരസ്പരമുള്ള (ലൈംഗിക)

25. ഹരിജൻ, 3-10-'36 (Self-restraint V. Self-indulgence, p. 139)

സംയോഗത്തിൻെറ പടിയിൽ അകപ്പെട്ടുപോയ ഇന്ത്യയിലെ പല യുവാക്കന്മാരും യുവതികളും ആ ആസക്തിയിൽനിന്നു സ്വാതന്ത്ര്യം നേടുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നതായി കണ്ടുവരുന്നു. മനുഷ്യനെ ഇന്നുവരെ അടിമപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ള ഏറ്റവും ശക്തമായ ലഹരിസാധനത്തെക്കാളേറെ ശക്തിമത്താണു് ഈ മോഹം. വെറും സന്താനനിയന്ത്രണത്തിനു മാത്രമായി നിയന്ത്രണോപാധികൾ ഉപയോഗപ്പെടുമെന്നു് പ്രതീക്ഷിക്കണ്ട. വിലയേറിയ ജീവൻെറ ഉത്പാദനത്തോടുമാത്രം ലൈംഗികപ്രവർത്തനം നിശ്ചയമായും ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നിടത്തോളം, അന്തസ്സായ ഒരു ജീവിതം സാദ്ധ്യമാണെന്നു ആശയ്ക്കു വഴിയുണ്ടു്. തീർച്ചയായും വഴിപിഴച്ച ലൈംഗികബന്ധത്തേയും, കുറഞ്ഞ തോതിലെങ്കിലും മററു ക്രമക്കേടുകളേയും ഇതു് ഒഴിവാക്കുന്നു. ലൈംഗികപ്രവർത്തനത്തെ അതിൻെറ സ്വാഭാവികമായ ഫലങ്ങളിൽനിന്നു ഒഴിച്ചുനിറുത്തുന്നതു്, പ്രകൃതിവിരുദ്ധമായ പാപത്തിൻെറ അംഗീകാരത്തിലേയ്ക്കല്ലെങ്കിൽ, ഭീകരമായ ക്രമക്കേടുകളിലേക്കും ക്ഷമാപണങ്ങളിലേക്കും വഴി തെളിക്കും.

26

നിയന്ത്രണോപാധികൾ മൂലമുള്ള സന്താനനിയന്ത്രണം നവാഗതരുടെ സംഖ്യ ഒരു പരിധിവരെ കുറയ്ക്കുകയും, ഇടത്തരക്കാരുടെ പടിക്കൽ നിന്നും പട്ടിണിയെ പായിക്കുവാൻ സഹായിക്കയും ചെയ്യുമെന്നുള്ളതിനു് ഒരു സംശയവുമില്ല. എന്നാൽ വ്യക്തിക്കും, സമുദായത്തിനും അതുണ്ടാക്കുന്ന ധാർമികദോഷം കണക്കാക്കാൻതന്നെ സാദ്ധ്യമല്ല. ഒരു കാര്യം, ലൈംഗികാസക്തി അതിനുവേണ്ടിത്തന്നെ പൂർത്തീകരിക്കുന്നവരുടെ ജീവിതവീക്ഷണം പൂർണമായും വ്യത്യസ്തമായിരിക്കും. വിവാഹം അവരെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഒരു വിശുദ്ധ കർമം അല്ലാതായിത്തീരുന്നു. ഇന്നുവരെ അമൂല്യമായ നിധിയായി വിലമതിച്ചിരുന്ന സാമുദായിക പ്രമാണങ്ങൾക്കെല്ലാം ഒരു പുതിയ വില കല്പിക്കലായിരിക്കും അതു്. വിവാഹം ഒരു വിശുദ്ധകർമ്മമായും സ്ത്രീയെ മൃഗീയാസ്വാദനത്തിനുള്ള ഒരു ഉപകരണമെന്ന നിലയില്ലാതെ പുരുഷൻെറ അമ്മയായും അവളുടെ സന്താനങ്ങളുടെ നന്മ കാത്തുസൂക്ഷിക്കേണ്ടവളായും പരിഗണിക്കുന്നവർക്കു് ഈ വാദഗതി വളരെയൊന്നും സ്വീകാര്യമാവില്ല.

27

ലൈംഗികാഗ്രഹപൂർത്തിക്കായി ഇന്നുവരെ ആളുകൾ ഉപയോഗിച്ചുവന്നിട്ടുള്ളതും, ഫലമെന്താന്നു് അധികംപേർക്കു് അറിഞ്ഞുകൂടാത്തതുമായ മാർഗങ്ങളിൽനിന്നു്, ഈ ഗർഭനിരോധനോപകരണങ്ങളു

26. ഹരിജൻ, 21-3-'36 (Self-restraint V. Self-indulgence, pp. 102—103)
27. ഹരിജൻ, 28-3-'36 (To the Students, p. 214)

ടെ ഉപയോഗം, എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ, വളരെയൊന്നും വ്യത്യസ്തമല്ല. സ്കൂൾകുട്ടികളുടെ ഇടയിൽ എത്രമാത്രം കുഴപ്പങ്ങളാണു് രഹസ്യമായ ദുർവൃത്തികൾ സൃഷ്ടിച്ചിട്ടുള്ളതെന്നു് എനിക്കറിയാം. ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പിൻതുണയോടും, സമുദായത്തിലെ അറിയപ്പെട്ട നേതാക്കളുടെ അനുവാദാനുഗ്രഹങ്ങളോടും കൂടി നിയന്ത്രണോപാധികൾ ഉപയോഗത്തിൽ വന്നതു്, സമുദായജീവിതം ശുദ്ധീകരിക്കുന്നതിനുള്ള പരിഷ്ക്കർത്താക്കളുടെ പ്രവൃത്തിയെ മിക്കവാറും അസാദ്ധ്യമാക്കിത്തീർക്കുന്നു. ജനനനിയന്ത്രണ പുസ്തകങ്ങളും, മാസികകളും ശ്രദ്ധാപൂർവം വായിക്കയും, നിയന്ത്രണോപാധികൾ കൈവശമിരിക്കയും ചെയ്യുന്ന, അവിവാഹിതരും പുതിയ ആശയങ്ങൾ മനസ്സിൽ അങ്കുരിക്കുന്ന പ്രായത്തിലുള്ളവരും ആയ പെൺകുട്ടികൾ സ്കൂളുകളിലും കോളേജുകളിലുമുണ്ടെന്നു ഞാൻ അറിയിക്കുമ്പോൾ, ഒരു രഹസ്യം പുറത്താക്കുകയല്ല ഞാൻ ചെയ്യുന്നതു്. വിവാഹിതരായ സ്ത്രീകൾക്കുമാത്രമായി അതിന്റെ ഉപയോഗം നിയന്ത്രിക്കുക അസാദ്ധ്യമാണു്. ലൈംഗികാനുഭോഗത്തിന്റെ സ്വാഭാവികമായ ഫലങ്ങളെപ്പററിയുള്ള ചിന്തകൂടാതെ, വിവാഹത്തിന്റെ ഏററവും ഉന്നതമായ പ്രയോജനം വെറും ജന്തുസാധാരണമായ ലൈംഗികാസക്തിയുടെ സംതൃപ്തിയാണെന്നു ധരിക്കുമ്പോൾ, വിവാഹത്തിനു് അതിന്റെ വിശുദ്ധി നഷ്ടപ്പെടുന്നു.

2. ഒരു പുതിയ പ്രകാശം

28

സന്താനനിയന്ത്രണത്തിനുള്ള 'സുരക്ഷിതകാലം' എന്ന മാർഗത്തെ ഞാൻ അനുകൂലിച്ചേക്കാമെന്നു വായിച്ചതിൽ, എന്റെ ലേഖനങ്ങളുടെ സൂക്ഷ്മവായനക്കാരനായ ഒരു സഹപ്രവർത്തകൻ അസ്വസ്ഥനാവുകയുണ്ടായി. 'സുരക്ഷിതസമയ'രീതി, നിയന്ത്രണോപാധികളുടെ ഉപയോഗംപോലെ എന്നെ വെറുപ്പിച്ചില്ലെന്നും, ആ മാർഗം അധികവും വിവാഹിതരായവർക്കുമാത്രമായി തുറക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതാണെന്നും എന്റെ സ്നേഹിതനു വ്യക്തമാക്കിക്കൊടുക്കാൻ ഞാൻ ശ്രമിച്ചു. എന്നാൽ ആ വിഷയത്തിന്റെ ചർച്ച ഞങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിച്ചതിലും ആഴത്തിലേക്കു ഞങ്ങളെ നയിച്ചു. അതായതു്, 'കുട്ടികൾ ഉണ്ടാകണമെന്നു് ഇരുകൂട്ടരും യഥാർത്ഥമായി ആഗ്രഹിക്കുമ്പോൾമാത്രമേ ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാർ തമ്മിലുള്ള സംയോഗം അനുവദിക്കപ്പെടാവൂ' എന്നു സ്മൃതികൾ നിർദേശിക്കുന്ന നിയന്ത്രണം പരിശീലിക്കുന്ന സാധാരണ ആളുകളുണ്ടെന്നു് അയാൾ വിശ്വസിക്കുന്നതായി, നിയന്ത്രണോപാധികളെയും സുരക്ഷിതസമയത്തെയും അയാൾ വെറുത്തിരുന്നതിൽനിന്നു്, എനിക്കു വ്യക്തമായി, ആ നിയമം ഞാൻ അറിഞ്ഞിരുന്നുവെങ്കിലും, ഈ ചർച്ചാവേളയിൽ കാ

28. ഹരിജൻ, 14-3-'36 (Self-restraint V. Self-indulgence, pp. 99—100)

സംയോഗത്തിന്റെ പടിയിൽ അകപ്പെട്ടുപോയ ഇന്ത്യയിലെ പല യുവാക്കന്മാരും യുവതികളും ആ ആസക്തിയിൽനിന്നു സ്വാതന്ത്ര്യം നേടുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നതായി കണ്ടുവരുന്നു. മനുഷ്യനെ ഇന്നുവരെ അടിമപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ള ഏററവും ശക്തമായ ലഹരിസാധനത്തെക്കാളേറെ ശക്തിമത്താണു് ഈ മോഹം. വെറും സന്താനനിയന്ത്രണത്തിനു മാത്രമായി നിയന്ത്രണോപാധികരം ഉപയോഗപ്പെടുമെന്നു് പ്രതീക്ഷിക്കണ്ടാ. വിലയേറിയ ജീവന്റെ ഉത്പാദനത്തോടുമാത്രം ലൈംഗികപ്രവർത്തനം നിശ്ചയമായും ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നിടത്തോളം, അന്തസ്സായ ഒരു ജീവിതം സാദ്ധ്യമാണെന്ന ആശയ്ക്കു വഴിയുണ്ടു്. തീർച്ചയായും വഴിപിഴച്ച ലൈംഗികബന്ധത്തേയും, കുറഞ്ഞ തോതിലെങ്കിലും മററു ക്രമക്കേടുകളേയും ഇതു് ഒഴിവാക്കുന്നു. ലൈംഗികപ്രവർത്തനത്തെ അതിന്റെ സ്വാഭാവികമായ ഫലങ്ങളിൽനിന്നു. ഒഴിച്ചുനിറുത്തുന്നതു്, പ്രകൃതിവിരുദ്ധമായ പാപത്തിന്റെ അംഗീകാരത്തിലേയ്ക്കല്ലെങ്കിൽ, ഭീകരമായ ക്രമക്കേടുകളിലേക്കും ക്ഷമാപണങ്ങളിലേക്കും വഴി തെളിക്കും.

26

നിയന്ത്രണോപാധികരം മൂലമുള്ള സന്താനനിയന്ത്രണം നവാഗതരുടെ സംഖ്യ ഒരു പരിധിവരെ കുറയ്ക്കുകയും, ഇടത്തരക്കാരുടെ പടിക്കൽ നിന്നും പട്ടിണിയെ പായിക്കുവാൻ സഹായിക്കയും ചെയ്യുമെന്നുള്ളതിനു് ഒരു സംശയവുമില്ല. എന്നാൽ വ്യക്തിക്കും, സമുദായത്തിനും അതുണ്ടാക്കുന്ന ധാർമ്മികദോഷം കണക്കാക്കാൻതന്നെ സാദ്ധ്യമല്ല. ഒരു കാര്യം, ലൈംഗികാസക്തി അതിനുവേണ്ടിത്തന്നെ പൂർത്തീകരിക്കുന്നവരുടെ ജീവിതവീക്ഷണം പൂർണമായും വ്യത്യസ്തമായിരിക്കും. വിവാഹം അവരെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഒരു വിശുദ്ധ കർമ്മം അല്ലാതായിത്തീരുന്നു. ഇന്നുവരെ അമൂല്യമായ നിധിയായി വിലമതിച്ചിരുന്ന സാമുദായിക പ്രമാണങ്ങരംക്കെല്ലാം ഒരു പുതിയ വില കല്പിക്കലായിരിക്കും അതു്. വിവാഹം ഒരു വിശുദ്ധകർമ്മമായും സ്ത്രീയെ മൃഗീയാസ്വാദനത്തിനുള്ള ഒരു ഉപകരണമെന്ന നിലയില്ലാതെ പുരുഷന്റെ അമ്മയായും അവളുടെ സന്താനങ്ങളുടെ നന്മ കാത്തുസൂക്ഷിക്കേണ്ടവളായും പരിഗണിക്കുന്നവക്കു് ഈ വാദഗതി വളരെയൊന്നും സ്വീകാര്യമാവില്ല.

27

ലൈംഗികാഗ്രഹപൂർത്തിക്കായി ഇന്നുവരെ ആളുകൽ ഉപയോഗിച്ചുവന്നിട്ടുള്ളതും, ഫലമെന്താന്നു് അധികംപേക്കു് അറിഞ്ഞുകൂടാത്തതുമായ മാർഗങ്ങളിൽനിന്നു്, ഈ ഗർഭനിരോധനോപകരണങ്ങള

---

26. ഹരിജൻ, 21–3–'36 (Self–restraint V. Self–indulgence, pp. 102—103)

27. ഹരിജൻ, 28–3–'36 (To the Students, p. 214)

ജനനം ക്രമീകരിക്കണമെന്നും, നിയന്ത്രിക്കണമെന്നുമുള്ളതു്, ഗർഭനിരോധനോപാധികളും അതുപോലെയുള്ള ഉപകരണങ്ങളും വേണമെന്നു വാദിക്കുന്നവരും ഞാനും പൊതുവായി അംഗീകരിക്കുന്ന കാര്യമാണു്. ആത്മസംയമനത്തിൽക്കൂടിയുള്ള നിയന്ത്രണത്തിന്റെ ബുദ്ധിമുട്ടു് സമ്മതിക്കാതിരിക്കാൻ നിവൃത്തിയില്ല. എങ്കിലും മനുഷ്യവംശം അതിന്റെ ഭാഗധേയം നിറവേററണമെങ്കിൽ, ആ ലക്ഷ്യപ്രാപ്തിക്കു വേറെ യാതൊരു വഴിയുമില്ല. ചർച്ചയ്ക്കു വിഷയമായിരിക്കുന്ന സമ്പ്രദായത്തിനു സാർവത്രികമായ സ്വീകരണം ലഭിക്കയാണെങ്കിൽ, മനുഷ്യർ ധാർമികാധഃപതനം അനുഭവിക്കുമെന്നുള്ളതു് എന്റെ ഏററവും അഗാധമായ വിശ്വാസമാണു്. ഈ രീതി ശുപാർശചെയ്യുന്നവർ ഇതിനെതിരായി സാധാരണ ഉന്നയിക്കാറുള്ള തെളിവുകൾക്കു വിപരീതമായി ഞാനിതു പറയുകയാണു്.

എന്നിൽ ഒരു അന്ധവിശ്വാസവുമില്ലെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. പുരാതനമായതുകൊണ്ടുമാത്രമല്ല സത്യം സത്യമായിരിക്കുന്നതു്. പുരാതനമായതുകൊണ്ടു് അതിനെ സംശയത്തോടെ വീക്ഷിക്കേണ്ട ആവശ്യവുമില്ല. ഒരുവന്റെ ജീവിതത്തിൽ നിർബന്ധിതമാക്കാൻ പ്രയാസമുള്ളതുകൊണ്ടു് ജീവിതത്തിലെ ചില അടിസ്ഥാനതത്ത്വങ്ങളെ നിസ്സാരമായി വിട്ടുകളയരുതു്.

ആത്മനിയന്ത്രണത്തിൽക്കൂടിയുള്ള ജനനനിയന്ത്രണം സംശയമെന്യേ പ്രയാസമുള്ളതാണു്, അവയുടെ ഗുണത്തെയോ, നിയന്ത്രണോപാധികൾക്കുപരിയായി അതിനുള്ള മേന്മയെയോ ആരെങ്കിലും സാരമായി എതിർത്തിട്ടുണ്ടെന്നു കേട്ടിട്ടില്ല.

കർശനമായും പരിമിതപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ള ലൈംഗികപ്രവർത്തനത്തിന്റെ ഉപയോഗം സംബന്ധിച്ചു് ശാസ്ത്രങ്ങളിലുള്ള നിരോധനത്തിന്റെ സാരം പൂർണമായി സ്വീകരിക്കുന്നതായിരിക്കും, ആ പ്രവർത്തനത്തെതന്നെ അമിതാഹ്ളാദത്തിന്റെ ഉറവിടമായി കരുതുന്നതിനേക്കാളേറെ ആത്മനിയന്ത്രണാനുഷ്ഠാനം നടപ്പിലാക്കുന്നതിനു സഹായകം. കഴിവുള്ളിടത്തോളം ഉൽക്കൃഷ്ടമായ സന്താനങ്ങളെ ഉത്പാദിപ്പിക്കുകയെന്നതു മാത്രമാണു് വിവാഹിതരെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ജനനേന്ദ്രിയങ്ങളുടെ ഉദ്ദേശ്യം. ഇതു് ഇരുഭാഗക്കാരും, വെറും ലൈംഗികബന്ധത്തിനുവേണ്ടിമാത്രമല്ല, അത്തരം ബന്ധത്തിന്റെ ഫലമായ സന്താനങ്ങൾക്കുവേണ്ടിയും ആഗ്രഹിക്കുമ്പോൾമാത്രം നടക്കുന്നതും, നടത്തേണ്ടതുമാണു്. സന്താനങ്ങൾക്കുവേണ്ടിയല്ലാത്ത അത്തരം ബന്ധത്തോടുള്ള ആഗ്രഹം നിയമപരമല്ലെന്നു കരുതേണ്ടതും, അതിനെ നിയന്ത്റിക്കേണ്ടതുമാണു്.

29

നിയന്ത്രണോപാധികൾ സ്ത്രീത്വത്തിനു് അപമാനകരമാണു്. ഒരു വേശ്യയും നിയന്ത്റണോപാധികൾ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഒരു

29. ഹരിജൻ, 5–5–'46

സ്ത്രീയും തമ്മിൽ എത്രമാത്രമാണു വ്യത്യാസം; ആദ്യം പറഞ്ഞവൾ അനേകം പുരുഷന്മാർക്കായി തന്റെ ശരീരം വില്ക്കുന്നു. മററവൾ ഒരാൾക്കായി അതു വില്ക്കുന്നു. ഭാര്യ ഒരു കുഞ്ഞിനെ ആഗ്രഹിക്കാത്തിടത്തോളം, ഒരു പുരുഷനു് അവളെ തൊടാൻ യാതൊരവകാശവുമില്ല. സ്ത്രീയ്ക്കു്, തന്റെ ഭർത്താവിനെപ്പോലും ചെറുത്തുനില്ക്കുവാനുള്ള മനഃശക്തി ഉണ്ടായിരിക്കണം.

3. കൃത്രിമരീതികൾക്കായുള്ള പ്രചരണത്തെക്കുറിച്ചു്

30

....ഭാരതത്തിലേക്കുള്ള എന്റെ മടങ്ങിവരവിനുശേഷം, ജനനനിയന്ത്റണത്തിൽ കൃത്രിമരീതികൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതിനെക്കുറിച്ചു്, എന്റെ ലേഖകന്മാർ കത്തുകൾമൂലം എന്നോടു തിരക്കിവരുന്നുണ്ടു്. വ്യക്തിപരമായി ഞാൻ അവർക്കു മറുപടി നല്കിയിട്ടുണ്ടെങ്കിലും, ഇന്നുവരെ പരസ്യമായി അങ്ങനെയൊരു വിഷയം കൈകാര്യം ചെയ്തിട്ടില്ല. ഇന്നേയ്ക്കു മുപ്പത്തിയഞ്ചുവർഷംമുമ്പു് ഞാൻ ഇംഗ്ലണ്ടിൽ ഒരു വിദ്യാർത്ഥിയായിരുന്നപ്പോഴേ ആ വിഷയത്തിലേക്കു് എന്റെ ശ്രദ്ധ ആകർഷിക്കപ്പെട്ടിരുന്നു. സ്വാഭാവികമായ മാർഗങ്ങൾ ഒഴിച്ചുള്ള ഒന്നിനോടും പൊരുത്തമില്ലാത്ത ഒരു യാഥാസ്ഥിതികനും, കൃത്രിമമാർഗങ്ങൾ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നതിനുവേണ്ടി വാദിച്ച ഒരു ഡോക്ടറും തമ്മിൽ ചൂടുപിടിച്ച ഒരു അഭിപ്രായഭിന്നത അന്നവിടെ ഉണ്ടായിരുന്നു. എന്റെ ജീവിതത്തിലെ ആ ആദ്യഘട്ടത്തിൽ കുറെക്കാലം കൃത്രിമമാർഗങ്ങളോടു് ആഭിമുഖ്യമുണ്ടായിരുന്നതിനുശേഷം, ഞാൻ അതിന്റെ ഉറച്ച ഒരു എതിരാളിയായിത്തീർന്നു. ഏതോ ചില ഹൈന്ദവപത്രങ്ങളിൽ, ഒരുവന്റെ ഔചിത്യബോധത്തെ ഞെട്ടിക്കുമാറു്, പ്രതിഷേധാർഹമായ വിധം ആ മാർഗത്തെ പരസ്യമായി വിവരിച്ചിരുന്നതു് ഞാൻ ഇപ്പോൾ ഓർമിക്കുകയാണു്. ജനനനിയന്ത്രണത്തിന്റെ കൃത്രിമമാർഗങ്ങളെ അനുകൂലിക്കുന്നവരുടെ കൂട്ടത്തിൽ എന്റെ പേരു കൂടിചേർത്തു് ഒരു എഴുത്തുകാരൻ എഴുതിയിരുന്നതും ഞാൻ ഓർമിക്കുന്നു. അത്തരം മാർഗങ്ങൾക്കനുകൂലമായി പറയുകയോ, എഴുതുകയോ ചെയ്തിട്ടുള്ള ഒരു സന്ദർഭംപോലും എനിക്കു് ഓർമിക്കുവാൻ കഴിയുന്നില്ല.

ജനനനിയന്ത്രണത്തിന്റെ ആവശ്യകതയെപ്പററി രണ്ടുപക്ഷമുണ്ടാകുവാൻ സാധ്യമല്ല; എന്നാൽ ഭൂതകാലത്തിൽനിന്നു കൈവന്നിട്ടുള്ള ഒരേ ഒരു മാർഗം ആത്മനിയന്ത്രണം അഥവാ ബ്രഹ്മചര്യമാണു്. അനുഷ്ഠിക്കുന്നവർക്കു നന്മവരുത്തുന്നതും ഒരിക്കലും തെററാത്തതും ഉൽകൃഷ്ടവുമായ പരിഹാരമാണതു്. ജനനനിയന്ത്രണത്തിനുള്ള കൃത്രിമരീതികൾ കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിനുപകരം, ആത്മനി

30. യങ്ഇൻഡ്യ, 12–8–1925 (Self–restraint V. Self-indulgence, pp. 39—40)

യന്ത്രണത്തിനുള്ള മാർഗങ്ങൾ കണ്ടുപിടിക്കാമെങ്കിൽ, വൈദ്യന്മാർക്ക മനുഷ്യവർഗത്തിൻെറ കൃതജ്ഞത ആർജിക്കുവാൻ കഴിയും. ജനസംഖ്യ നിയന്ത്രിച്ചുകാണുവാൻ നിർബ്ബന്ധമുള്ളവർ പൗരാണികർ കണ്ടുപിടിച്ചിട്ടുള്ള നിയമാനുസൃതമാർഗങ്ങൾ പരിശോധിക്കുകയോ, അവ എങ്ങനെ പുനരുദ്ധരിക്കാമെന്നു കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിനു ശ്രമിക്കയോ ചെയ്യട്ടെ. വളരെ അധികം പ്രാരംഭജോലികൾ അവർക്കു മുമ്പിലുണ്ട്. ജനസംഖ്യാവർദ്ധനവിനെ പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള ഫലപ്രദമായ ഒരു മാർഗമാണ് നേരത്തെയുള്ള വിവാഹം. ഇപ്പോഴത്തെ ജീവിതക്രമത്തിനും, അനിയന്ത്രിതമായ ജനപ്പെരുപ്പമെന്ന ദൂഷ്യത്തിൽ ഒരു വലിയ പങ്കുണ്ട്. ഈ കാരണങ്ങൾ അന്വേഷിച്ച് കൈകാര്യം ചെയ്യുമെങ്കിൽ, സമുദായം ധാർമ്മികമായി ഉയരും. ഇന്നത്തെ രീതിയിൽ അവഗണിക്കപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ ധാർമ്മികമായ അധഃപതനം ഒഴികെ ഒന്നുമായിരിക്കയില്ല ഫലം.

31

ആത്മനിയന്ത്രണം, ഗർഭനിരോധനോപകരണങ്ങൾപോലെതന്നെ, പ്രകൃതിനിയമത്തിലുള്ള കൈകടത്തലാണെങ്കിൽ അതങ്ങനെതന്നെ ആയിക്കൊള്ളട്ടെ. എങ്കിലും അതിൽ ഒരു കൈകടത്തൽ, വ്യക്തിയുടെയും സമൂഹത്തിൻെറയും സുരക്ഷിതത്വത്തെ സഹായിക്കുന്നതുകൊണ്ട്, നിയമാനുസൃതവും അഭികാമ്യവുമാണെന്നും, മററത് രണ്ടിനെയും അധഃപതിപ്പിക്കുന്നതുകൊണ്ടുതന്നെ, നിയമവിരുദ്ധമാണെന്നും ഞാൻ കരുതും. ജനനനിരക്കിനെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിന് ഏററവും സുനിശ്ചിതമായ ഒരൊററ മാർഗം ആത്മനിയന്ത്രണം മാത്രമാണ്. ഗർഭനിരോധനോപകരണങ്ങൾകൊണ്ടുള്ള ജനനനിയന്ത്രണം വർഗപരമായ ആത്മഹത്യയാണ്.

32

ഗർഭനിരോധനോപകരണങ്ങളുടെ ഉപയോഗം നിലവിലുള്ളിടത്തെല്ലാം ഓടിപ്പോകുന്നവൻെറ ദൃഷ്ടിയിൽപ്പോലും പെടത്തക്കവണ്ണമുള്ള, ദോഷസഞ്ചയങ്ങൾ അഴിച്ചുവിടപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ ജനനനിയന്ത്രണകാംക്ഷികൾക്ക് ഈ വസ്തുത മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയുന്നില്ല. കാരണം, രത്യാസക്തിതന്നെ ഒരു നല്ല കാര്യമാണെന്നും, ജനനനിയന്ത്രണരീതികൾ ധാർമ്മികമായി അഭിലഷണീയമാണെന്നും അവർ സ്വയം വിശ്വസിപ്പിക്കുന്നു.

....വെള്ളം മലയിൽനിന്നു താഴേക്ക് ഒഴുകുന്നുവെന്നപോലെ, ഗർഭനിരോധനോപകരണങ്ങളുടെ ഉപയോഗം വെറും ഭോഗാനുഭൂതിയുടെ താഴ്ചയിലേക്കുള്ള മാർഗത്തിലേ വന്നവസാനിക്കൂ.

---

31. യങ് ഇൻഡ്യ 16–9–1926. (Self-restraint V. Self-indulgence. p. 84)
32. ഹരിജൻ 12-12–1936. (Self-restraint V. Self-indulgence, pp. 121—122)

....ആത്മനിയന്ത്രണം തങ്ങളുടെ പരിധിയിൽപ്പെട്ടതല്ലെന്നാണ് ഇന്നുവരെ വൈദ്യലോകം കരുതിയിരുന്നതെന്നതു് ഒരു വസ്തുതയാണ്. എന്നാൽ, അവരുടെ വീക്ഷണത്തിൽ ആരോഗ്യകരമായ ഒരു വ്യതിയാനത്തിനുള്ള ഒരുക്കങ്ങളുടെ ലക്ഷണം കാണുന്നുണ്ട്. ചികിത്സാശാസ്ത്രത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം രോഗത്തിന്റെ കാരണവും പ്രതിവിധിയും കണ്ടുപിടിക്കുക എന്നതാണ്. ഈ ലക്ഷ്യത്തിലേക്കുള്ള സത്യസന്ധമായ പ്രയാണം, പല രോഗങ്ങൾക്കും പ്രധാന കാരണമായ ആത്മശിക്ഷാരാഹിത്യം, ഭോഗസ്വഭാവം തുടങ്ങിയവയ്ക്കെതിരായി ഒടുവിൽ അതിനെ ഉയർത്തിക്കൊണ്ടുവരും. അറിവും ആന്തരികവീക്ഷണവും വളരുന്നതോടൊപ്പം, രോഗത്തിന്റെ വെറും പ്രതിവിധിയേക്കാൾ, മൂലകാരണത്തിന്റെ ദൂരീകരണത്താൽ രോഗത്തെ തടയുന്നതിൽ സമൂഹം കൂടുതൽ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധ്കാന്തി പ്രകടിപ്പിക്കും. ജനങ്ങൾ ആത്മശിക്ഷണത്തിന്റെ മൗലികനിയമങ്ങൾ പാലിക്കുന്നതിനു് പഠിക്കാത്തിടത്തോളം, രോഗങ്ങളുടെ പരിപൂർണമായ ഉച്ചാടനം തികച്ചും അസാദ്ധ്യമാണ്. ഈ വസ്തുത അംഗീകരിക്കുന്നതിനു് ഏറെ കാലതാമസമുണ്ടാകേണ്ടതില്ല; അതത്രയ്ക്ക് വ്യക്തമാണ്. അതിന്റെ അംഗീകരണത്തോടുകൂടി, ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതത്തിന്റെ ഒരു ഘടകമെന്ന നിലയിൽ ആത്മശിക്ഷണത്തിനും, സ്വയം നിയന്ത്രണത്തിനും വൈദ്യവൃത്തിയുടെ ഭാഗത്തുനിന്നും വളരെ കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം കൊടുക്കേണ്ടിവരും. ഗർഭനിരോധനവിജ്ഞാനത്തിന്റെയും പരിശീലനത്തിന്റെയും പ്രചരണം ലൈംഗികാനുഭോഗത്തിന്റെ വളർച്ചയേയും ദുരുപയോഗത്തേയും, അതിൽനിന്നുണ്ടാകുന്ന ഒഴിച്ചുകൂടാനാവാത്ത സാമ്പത്തികവൈഷമ്യങ്ങളെയും, ദുരിതങ്ങളെയും. ദീനങ്ങളെയും വർദ്ധിപ്പിക്കുവാനേ സഹായകമാവൂ എന്നു് അഹമ്മദബാദിലെ ജനനനിയന്ത്രണസമിതി മനസ്സിലാക്കണം. ഈ സമിതിയുടെ പ്രവർത്തകന്മാർ അവരുടെ സമയവും കഴിവും, ഭോഗാനുഭൂതിയുടെ ദൂഷ്യങ്ങളെപ്പററി അഗാധമായി പഠിക്കുന്നതിനും ജനനനിയന്ത്രണം സാധിക്കുന്നതിനുള്ള മാർഗമായി ആത്മനിയന്ത്രണം പരിശീലിക്കുന്നതിന്റെ സ്വാഭാവികതയെയും ആവശ്യകതയെയുംപററി സ്ത്രീകളിൽ അറിവുണ്ടാക്കുന്നതിനും ഉപയോഗിക്കുമെങ്കിൽ, അവരുടെ ലക്ഷ്യപ്രാപ്തിക്കു് ഏററവും നല്ലതും, എളുപ്പവുമായ മാർഗം കണ്ടെത്തിയതായി അനുഭവപ്പെടുമെന്നു ഞാൻ ആത്മാർത്ഥമായി അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു.

33

എന്തായാലും ആകെയൊന്നു തിരിയാനുള്ള പ്രവണതയാണിപ്പോഴുള്ളതു്. ഗർഭനിരോധനപ്രചാരകർ മിക്കവാറും ഭോഗാനുഭൂതി അവരുടെ ആദർശമായി വച്ചിരിക്കയാണ്. അതു് ഒരിക്കലും ഒരാദർശമാകാൻ പാടില്ലെന്നുള്ളതു വ്യക്തമാണ്. പക്ഷേ, അനിയ

33. ഹരിജൻ, 20–3–1937 (Self restraint V. Self indulgence, p. 105)

ന്ത്രിതമായ ഭോഗാനുഭൂതി, ആരും സമ്മതിക്കുന്നതുപോലെ, നിശ്ച യമായും നിർദ്ദിഷ്ട വ്യക്തിയുടേയോ, വർഗത്തിൻെറയോ നാശ ത്തിലേ ചെന്നവസാനിക്കൂ. അതുകൊണ്ട് ആത്മനിയന്ത്രണം മാത്രമേ നമ്മുടെ ആദർശമായിരിക്കാവൂ. പുരാതനകാലംമുതലേ അതങ്ങനെ കരുതപ്പെട്ടുവരുന്നതാണ്. അതുകൊണ്ട് അതു നേടു ന്നതിനുള്ള മാർഗങ്ങളാണ് നാം അന്വേഷിക്കേണ്ടതായിട്ടുണ്ട്; അല്ലാ തെ അതിനെ ഉല്ലംഘിക്കുകയല്ല വേണ്ടതു്.

4. *യുവജനങ്ങളോടു് ഒരു വാക്കു്*

34

പ്രായമായ ആളുകൾ പറയുന്നതെന്തിനേയും പുച്ഛിക്കുന്നതു് ചിലയിടങ്ങളിൽ ഇക്കാലത്തു് ചെറുപ്പക്കാരുടെ ഒരു പരിഷ്കാര മായിട്ടുണ്ട്. ഈ വിശ്വാസത്തിനു യാതൊരു നീതീകരണവുമി ല്ലെന്നു പറയുവാൻ ഞാൻ തയ്യാറില്ല; എന്നാൽ പ്രായംചെന്ന പുരു ഷന്മാരോ സ്ത്രീകളോ പറഞ്ഞുവെന്ന ഒരേ ഒരു കാരണംകൊണ്ട് അവർ പറഞ്ഞതെന്തിനേയും എപ്പോഴും പുച്ഛിക്കുന്നതു ശരിയല്ലെ ന്നു് ഈ രാജ്യത്തെ യുവജനങ്ങൾക്കു ഞാൻ മുന്നറിയിപ്പു നൽകുന്നു. ശിശുമുഖത്തുനിന്നു പലപ്പോഴും ജ്ഞാനം പുറപ്പെടുന്നതുപോലെ, പ്രായമായവരുടെ മുഖത്തുനിന്നും പലപ്പോഴും ജ്ഞാനം പുറപ്പെടും. ആരിൽനിന്നു വന്നുവെന്നതിനെ കാര്യമാക്കേണ്ട. യുക്തിയുടേയും, അനുഭവത്തിൻേറയും വെളിച്ചത്തിൽ അതു പരിശോധിക്കുക എന്ന താണു സുവർണ നിയമം.

ഗർഭനിരോധനോപകരണങ്ങൾകൊണ്ടുള്ള ജനനനിയന്ത്രണം എന്ന വിഷയത്തിലേക്കു് എനിക്കു മടങ്ങണം. നിയമാനുസൃതമു ണ്ടായിട്ടുള്ള കടങ്ങൾ വീട്ടുന്നതുപോലെ, വിശുദ്ധമായ ഒരു കടമയാ ണു ലൈംഗികാസക്തിയുടെ സംതൃപ്തമാക്കലെന്നും, അങ്ങനെ ചെ യ്യുന്നില്ലെങ്കിൽ അതിനുള്ള ശിക്ഷ ബുദ്ധിപരമായ ജീർണതയായി രിക്കുമെന്നും നമ്മുടെ കാതുകളിൽ മുഴങ്ങത്തക്കവണ്ണം പ്രഖ്യാപിക്ക പ്പെടുകയാണ്. സന്താനോത്പാദനത്തിൽനിന്നു വ്യതിരിക്തമാ ണു് ഈ ലൈംഗികാസക്തി. ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാർ സന്താനങ്ങൾ ഉണ്ടാകണമെന്നു് ആഗ്രഹിക്കുമ്പോളൊഴികെ, മററവസരങ്ങളിൽ തടയേണ്ട ഒരു യാദൃച്ഛികസംഭവമാണ് ഗർഭധാരണം എന്നു നിയ ന്ത്രണോപാധികളുടെ ഉപയോഗത്തെ അനുകൂലിക്കുന്നവർ പറയുന്നു ണ്ട്. എവിടെയും പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിനു് ഏററവും അപകടകരമായ ഒരു സിദ്ധാന്തമാണിതെന്നു പറയുവാൻ ഞാൻ ധൈര്യപ്പെടുന്നു. ഉത്പാദനശേഷിയുടെ ദുരുപയോഗംമൂലം പുരുഷത്വമില്ലാതായി ത്തീർന്ന ഇടത്തരക്കാരായ പുരുഷവർഗം ഇന്ത്യയിലുണ്ട്; ഇത്തരം ഒരു രാജ്യത്തു് ഇതു് അധികം അപകടകരമാണ്. ലൈംഗികാസ

34. ഹരിജൻ, 28-3-1936 (To the Students, pp. 214—215 and Self-restraint V. Self-indulgence, p. 136)

ക്തിയുടെ സംതൃപ്തി ഒരു കടമയാണെങ്കിൽ, ഞാൻ ഇതിനുമുമ്പ് എഴുതിയിട്ടുള്ള പ്രകൃതിവിരുദ്ധമായ വഷളത്വവും മററു പലവിധത്തിലുള്ള ആസ്വാദനങ്ങളും സ്തുത്യർഹങ്ങളായിത്തീരും. ലൈംഗികവൈകൃതങ്ങളെന്നു സാധാരണ അറിയപ്പെടുന്ന ദുർന്നടപടികൾ പ്രശസ്തരായ ആളുകൾപോലും അംഗീകരിച്ചിട്ടുള്ളതായി വായനക്കാരൻ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതാണ്. ഈ പ്രസ്താവന അയാളെ ഞെട്ടിച്ചേക്കും. എന്നാൽ ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ അതു മാന്യതയുടെ മുദ്ര നേടുന്നെങ്കിൽ, സ്വവർഗത്തിലെ അംഗങ്ങളെക്കൊണ്ടു തന്നെ തങ്ങളുടെ ലൈംഗികാസക്തിയെ സംതൃപ്തമാക്കുന്നതിൽ ആൺകുട്ടികട്ടികളും, പെൺകുട്ടികളും ഭ്രമിച്ചുവശാകും.

ആഗ്രഹത്തിനു വിപരീതമായി ഗർഭം ധരിക്കേണ്ടിവരുന്ന സാധുസ്ത്രീകളെ രക്ഷിക്കയാണെന്ന തെററായ വിശ്വാസം മൂലം, നിയന്ത്രണോപാധികളുടെ ഉപയോഗത്തെ അനുകൂലിച്ച് ഒരു മതപ്രചാരകൻെറ വിശ്വാസദാർഢ്യത്തോടുകൂടി പ്രചരണം നടത്തുന്ന അഭ്യസ്തവിദ്യരായ സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ ഇന്നാട്ടിലെ യുവാക്കൾക്കു പ്രതിവിധിയില്ലാത്ത ഹാനിയാണുണ്ടാക്കുന്നതെന്നതിൽ എനിക്കൊരു സംശയവുമില്ല. കുട്ടികളുടെ എണ്ണം കുറയ്ക്കേണ്ടവരുടെ അടുത്താവില്ല ഇതു് എളുപ്പം എത്തുക. പാശ്ചാത്യസ്ത്രീകളുടെ അറിവോ, പരിശീലനമോ നമ്മുടെ സാധുസ്ത്രീകൾക്കില്ല. ഇടത്തരക്കാരായ സ്ത്രീകൾക്കുവേണ്ടിയല്ല പ്രചരണം തീർച്ചയായും നടത്തപ്പെടുന്നതു്; കാരണം, പാവപ്പെട്ടവർക്കു് ആവശ്യമുള്ളിടത്തോളം പരിജ്ഞാനം മററുള്ളവർക്കു് ആവശ്യമില്ല.

പഴയ ഒരു ആദർശത്തിൻെറ നിരാകരണവും, അതിൻെറ സ്ഥാനത്തു മനുഷ്യവംശത്തിനു ധാർമികവും ശാരീരികവുമായ വിനാശം ഉളവാക്കുന്ന ഒന്നിൻെറ അവരോധവുമാണു പ്രചരണംകൊണ്ടുള്ള ഏററവും വലിയ ഉപദ്രവം. വീര്യദ്രാവകത്തിൻെറ ഫലപ്രദമല്ലാത്ത വിനിയോഗത്തെക്കുറിച്ചു പുരാതന സാഹിത്യകൃതികളിൽ പ്രകടമാകുന്ന ഭയാശങ്ക അജ്ഞതയിൽനിന്നുളവായ അന്ധവിശ്വാസമല്ല. തൻെറ കൈവശമുള്ള മഹത്തരമായ വിത്തുകൾ കൽപ്രദേശത്തു വിതയ്ക്കുന്ന ഒരു ഭർത്താവിനെക്കുറിച്ചോ, നല്ല മണ്ണിൽ വിതയ്ക്കേണ്ട വിത്തുകൾ, അവ കിളിർക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ലാത്ത സാഹചര്യങ്ങളിൽ, തൻെറ വയലിൽ വിതപ്പിക്കുന്ന ഭൂവുടമയെക്കുറിച്ചോ, നാം എന്തു പറയാനാണ്? അതിവിശിഷ്ടമായ ഉത്പാദകശേഷിയുള്ള വിത്തുകൊണ്ടു പുരുഷനും, ലോകത്തെങ്ങും കാണുന്ന മെച്ചപ്പെട്ട ഭൂമിയേക്കാൾ മെച്ചമേറിയ വിളഭൂമികൊണ്ടു സ്ത്രീയും അനുഗ്രഹിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. തൻെറ ഏററവും വിലപിടിച്ച മുതലിനെ വ്യർത്ഥമായിപ്പോകാൻ മനുഷ്യൻ അനുവദിക്കുന്നതു തീർച്ചയായും കുററകരമായ ദുർവ്യയമാണ്. തൻെറ കൈവശമുള്ള അമൂല്യമായ മുത്തുകളിൽ പ്രദർശിപ്പിക്കുന്നതിലധികം ശ്രദ്ധയോടെ അവൻ അതു സൂക്ഷിക്കണം. അതു

പോലെതന്നെ ജീവൻ ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്ന തന്റെ വിളഭൂമിയിൽ പാഴാക്കിക്കളയണമെന്ന ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടി ബീജം സ്വീകരിക്കുന്ന ഒരു സ്ത്രീയും കുററകരമായ അബദ്ധം കാണിക്കുന്നതിനാൽ തെററുകാരിയായിത്തീരുന്നു. തങ്ങൾക്കു നല്കപ്പെട്ട കഴിവുകൾ ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തിയെന്ന കുററത്തിനു് അവനും അവളും ശിക്ഷിക്കപ്പെടുകയും, അവർക്കു നല്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതു് അവരിൽ നിന്നും എടുത്തുമാററപ്പെടുകയും ചെയ്യും.

ലൈംഗികതൃഷ്ണ നല്ലതും, ഉൽകൃഷ്ടമായതുമാണു്. അതിൽ ലജ്ജിക്കേണ്ടതായി ഒന്നുമില്ല. എന്നാൽ അതു് സൃഷ്ടിയുടെ പ്രവർത്തനത്തിനു മാത്രമായി ഉദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. അതിന്റെ മററുതൊരു ഉപയോഗവും ഈശ്വരനും മനുഷ്യനും എതിരായുള്ള പാപമാണു്. ഒരുതരത്തിലുള്ള നിയന്ത്രണോപാധികൾ ഇതിനുമുമ്പു് ഇവിടെയുണ്ടായിരുന്നു; ഇതിനുശേഷവും ഉണ്ടായിരിക്കും. എന്നാൽ പണ്ടു് അവയുടെ ഉപയോഗം പാപപങ്കിലമായി കരുതിയിരുന്നു, എന്നാൽ തിന്മയെ നന്മയെന്നു പേർ വിളിച്ചു മഹത്തരമാക്കുന്ന പതിവു നമ്മുടെ തലമുറയ്ക്കായി നീക്കിവെയ്ക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. തെററെന്നു് എനിക്കു തോന്നുന്ന പ്രത്യയശാസ്ത്രം കൊണ്ടു് ഇന്ത്യയിലെ യുവാക്കളുടെ മനസ്സു നിറയ്ക്കുന്നുവെന്നുള്ളതാണു ഗർഭനിയന്ത്രണോപാധികളെ പിൻതാങ്ങുന്നവർ ചെറുപ്പക്കാരോടു ചെയ്യുന്ന ഏററവും വലിയ അപകാരം.

ഇന്ത്യയുടെ ഭാഗധേയം സ്വന്തം കൈവശമിരിക്കുന്ന ഇന്ത്യയിലെ യുവാക്കന്മാരും, യുവതികളും ഈ കപടദൈവത്തിനെതിരായി കരുതലുള്ളവരായിരിക്കയും, ഈശ്വരൻ അവക്കു നൽകിയിട്ടുള്ള നിധി സൂക്ഷിക്കയും, അവർക്കു് ആഗ്രഹമുണ്ടെങ്കിൽ, അതിന്റെ ഉദ്ദിഷ്ടമായ ഉദ്ദേശ്യത്തിനുതന്നെ അതു് ഉപയോഗിക്കയും ചെയ്യട്ടെ.

35

നിത്യനവീനമായിരിക്കുന്ന ജനനനിയന്ത്രണം എന്ന വിഷയത്തെക്കുറിച്ചു്, ഡോ. സോക്കേയും, ഡോ. മംഗൽദാസ് മേത്തായും തമ്മിൽ ഈയിടെ ഉണ്ടായ വാദപ്രതിവാദം, ഡോ. മംഗൽദാസിന്റെ അഭിപ്രായത്തെ പിൻതാങ്ങിക്കൊണ്ടു പ്രാതഃസ്മരണീയനായ ഡോ. അൻസാരി പുറപ്പെടുവിച്ച അഭിപ്രായം വെളിപ്പെടുത്തുവാൻ എന്നെ ധൈര്യപ്പെടുത്തുന്നു. ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള ഈ പ്രശ്നത്തിൽ ഞാൻ സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്ന നിലയെ, ഒരു ഭിഷഗ്വരൻ എന്ന നിലയിൽ അദ്ദേഹത്തിനു പിൻതാങ്ങുവാൻ കഴിയുമോ എന്നു ചോദിച്ചുകൊണ്ടു് ഒരു കൊല്ലംമുമ്പു്(അതിനു ശേഷമാണദ്ദേഹം മരിച്ചതു്) ഞാൻ ഒരു കത്തയച്ചിരുന്നു. എനിക്കു് വളരെ ഹൃദ്യമായ അത്ഭുതമു

35. ഹരിജൻ, 12–9–'36(Self–restraint V. Self-indulgence, p. 123)

ഉവാകത്തക്കവണ്ണം, അദ്ദേഹം ഹൃദയപൂർവം അതിനെ പിൻതാങ്ങി എഴുതിയിരുന്നു. കഴിഞ്ഞ പ്രാവശ്യം ഞാൻ ഡൽഹിയിൽ ആയിരുന്നപ്പോൾ ഈ വിഷയത്തെക്കുറിച്ച് അദ്ദേഹവുമായി ഒരു ചുരുങ്ങിയ പര്യാലോചന നടത്തുകയും, ഗർഭനിരോധനോപാധികളുടെ ഉപയോഗം അതിൽ ഭാഗഭാക്കാകുന്ന സ്ത്രീപുരുഷന്മാരെ എങ്ങനെ ദോഷകരമായി ബാധിക്കുന്നുവെന്ന്,അദ്ദേഹത്തിന്റെയും മററു ഭിഷഗ്വരന്മാരുടെയും അനുഭവത്തിൽനിന്നും വസ്തുതകളും കണക്കുകളും ഉദ്ധരിച്ചുകൊണ്ട്. വ്യക്തമാക്കുന്ന ഒരു ലേഖനപരമ്പര സംഭാവന ചെയ്യാമെന്ന്,എന്റെ ആവശ്യാനുസരണം അദ്ദേഹം വാഗ്ദാനം ചെയ്യുകയും ഉണ്ടായി. തങ്ങളുടെ ഭാര്യമാരുടെ കൂടെയോ നിയന്ത്രണോപാധികൾ ഉപയോഗിക്കുന്നുവെന്ന് അവർ അറിയുന്ന മററു സ്ത്രീകളുടെക്കൂടെയോ കുറേനാൾ ലൈംഗികബന്ധത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടശേഷം പുരുഷന്മാർക്ക് അധഃപതിക്കേണ്ടിവന്ന നിലയുടെ പ്രത്യക്ഷമായ വിവരണം അദ്ദേഹം നല്കുകയുണ്ടായി. സ്ഥിതിഗതികളുടെ സ്വാഭാവികമായ ഫലത്തേക്കുറിച്ചുള്ള ഭയമില്ലായ്മ അവരെ ഭോഗാസക്തിയിൽ നിയന്ത്രണമില്ലാത്തവരാക്കുകയും, അതു സ്ത്രീകളെ കാണുന്നതിനുള്ള ക്രമവിരുദ്ധവും മാനസിക ബലഹീനതയിൽ അവസാനിക്കുന്നതും ആയ മോഹത്തിലേക്കു നയിക്കയും ചെയ്യും. കഷ്ടം! വാഗ്ദാനം ചെയ്തിരുന്ന ആ ലേഖനപരമ്പര എഴുതാൻ ഒരുമ്പെട്ടപ്പോഴാണ് അദ്ദേഹം മരിച്ചതു്.

നിയന്ത്രണോപാധികളോടുകൂടിയ സംഭോഗം സ്വയം ഭോഗത്തേക്കാൾ ഒട്ടും കുറഞ്ഞതല്ലെന്നു ബർണാഡ്ഷാ പറഞ്ഞതായി അറിയപ്പെടുന്നുണ്ട്. ആ വിവരണം എത്ര ശരിയാണെന്നു ഒരു നിമിഷത്തെ ചിന്ത തെളിയിച്ചുതരും.

വിദ്യാർത്ഥികളിൽനിന്നും, ചിലപ്പോൾ അദ്ധ്യാപകരിൽനിന്നുപോലും, അവർ എങ്ങനെ പുരുഷത്വനാശത്തിലേക്ക് അധഃപതിച്ചുവെന്ന് ആവലാതിപ്പെട്ടുകൊണ്ടുള്ള ദയനീയമായ കത്തുകൾ എനിക്കു മിക്ക ദിവസവും ലഭിക്കുന്നുണ്ട്.

തങ്ങളുടെ വിദ്യാർത്ഥികളുടെമേൽ പ്രകൃതിവിരുദ്ധമായ പാപം ചെയ്യുന്ന അദ്ധ്യാപകരെക്കുറിച്ചും, അവരുടെ ആരോഗ്യത്തിലും സ്വഭാവത്തിലും അത്തരം പരിശീലനങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്ന ഫലങ്ങളെക്കുറിച്ചും കഠിനമായി ആവലാതിപ്പെട്ടുകൊണ്ടു ലാഹോറിലെ സനാതനധർമകോളജിലെ പ്രിൻസിപ്പലുമായി നടത്തിയ എഴുത്തുകുത്തുകൾ ഈഗ്രന്ഥപംക്തികളിൽ പ്രസദ്ധീകരിച്ചിരുന്നതും അനുസ്മരിക്കുക. സ്വാഭാവികമായ ഫലങ്ങളുടെ സാദ്ധ്യതയില്ലാതെ, ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാർ തമ്മിൽ നടത്തുന്ന സംയോഗം. സ്വയംഭോഗത്തേയും, പ്രകൃതിവിരുദ്ധമായ പാപത്തേയും വിട്ടുവീഴ്ചയില്ലാതെ പിൻതുടരാറുള്ള അതേ വിനാശത്തിനു കാരണമാകുമെന്നാണ് ഈ ഉദാഹരണങ്ങളിൽനിന്നും ഞാൻ അനുമാനിക്കുന്നതു്.

ഗർഭനിയന്ത്രണോപകരണങ്ങളുടെ ഉപയോഗത്തെ അനുകൂലിച്ചുകൊണ്ടുള്ള ജനനനിയന്ത്രണപരിഷ്കർത്താക്കളുടെ ചുഴലിക്കാററുപോലുള്ള പ്രചരണത്തിന്ന്. മനുഷ്യസ്നേഹോദ്ദേശ്യമാണ് പ്രേരണയെന്നതിൽ സംശയമില്ല. അസ്ഥാനത്തുള്ള അവരുടെ മനുഷ്യസ്നേഹത്തിന്റെ വിനാശകരമായ ഫലങ്ങളെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കുന്നതിനു ഞാൻ അവരെ ക്ഷണിക്കുന്നു. അവർ സമീപിക്കണമെന്ന് ആഗ്രഹിക്കുന്ന ആളുകൾ, ഗണ്യമായ തോതിൽ ഒരിക്കലും ഇതുപയോഗിക്കയില്ല. ഇതുപയോഗിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ലാത്തവർ തങ്ങളുടെയും തങ്ങളുടെ പങ്കാളികളുടെയും വിനാശത്തിനായി, ഇതുപയോഗിക്കുകയും ചെയ്യും, സംശയമില്ല. ഗർഭനിയന്ത്രണോപകരങ്ങളുടെ ഉപയോഗം ശാരീരികമായും, ധാർമികമായും ശരിയാണെന്നു വിവാദരഹിതമായി തെളിയിക്കയാണെങ്കിൽ, ഇതു് ഒട്ടുംതന്നെ സാരമില്ലായിരുന്നു.

5. യഥാർത്ഥമായി ഇതു നിയമാനുസൃതമോ ആരോഗ്യപരമോ ആണോ?

36

ലൈംഗികസംതൃപ്തിതന്നെ നിയമാനുസൃതമാണെന്നു കരുതുവാനുള്ള ഒരു പ്രവണത സംശയമെന്യേ വിവാഹിതരുടെ ഇടയിൽ നിലവിലുണ്ട്. എന്നാൽ, ഒന്നും അതേപടി സ്വീകരിക്കാതിരിക്കയും, എല്ലാം ശരിയായി പരിശോധിച്ചു നോക്കിമാത്രം സ്വീകരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ഈ ആധുനികയുഗത്തിൽ, വിവാഹജീവിതത്തിനിടയ്ക്ക് ഇതുവരെ നാം ലൈംഗികാനുഭൂതിയിൽ മുഴുകിയിരുന്നുവെന്ന കാരണത്താൽ ആ നടപടി നിയമാനുസൃതമോ, ആരോഗ്യകരമോ ആണെന്നു കരുതുന്നതു തീർച്ചയായും തെററാണ്. പല പഴയ ആചാരങ്ങളും, നല്ല ഫലങ്ങളുളവാക്കുന്നവയെങ്കിലും, നിറുത്തൽ ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. ഈ പ്രത്യേക പരിശീലനം മാത്രം പരിശോധനയിൽനിന്നും—പ്രത്യേകിച്ചും വിവാഹിതരായിരുന്നിട്ടും ഇരുപേർക്കും ശാരീരികവും ധാർമികവുമായ ഗുണം സിദ്ധിക്കുമാറു്, ആത്മനിയന്ത്രണത്തോടുകൂടിയ ജീവിതം നയിക്കുന്ന സ്ത്രീപുരുഷന്മാരുടെ അനുഭവത്തിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ—എന്തുകൊണ്ട് ഒഴിവാക്കപ്പെടണം?

എന്നാൽ ചില പ്രത്യേകകാരണങ്ങളാൽ ഇൻഡ്യയിൽ ഗർഭനിയന്ത്രണോപകരണങ്ങളെ ഞാൻ എതിർക്കുന്നു. ഇന്ത്യയിലെ യുവാക്കൾക്കു ലൈംഗികനിയന്ത്രണമെന്തെന്ന് അറിഞ്ഞുകൂടാ; അതവരുടെ കുററമല്ല. അവർ നേരത്തെ വിവാഹം ചെയ്യുന്നു അതാണ് ആചാരം. വിവാഹജീവിതത്തിൽ നിയന്ത്രണം പരിശീലിക്കണമെന്ന് ആരും അവരോടു പറയുന്നില്ല. പേരക്കിടാങ്ങളെ കാണാൻ

36. ഹരിജൻ, 2-5-1936 (Self-restraint V. Self-indulgence, pp. 116—117)

മാതാപിതാക്കളം അക്ഷമരാണ്. അത്തരം സാഹചര്യങ്ങളിൽ, ഏത്രയുംവേഗം ബാലഭാര്യമാർക്കു കുട്ടികളുണ്ടാകണമെന്നു പ്രതീക്ഷിക്കപ്പെടുന്നു. അങ്ങനെയാവുമ്പോൾ ഗർഭനിയന്ത്രണോപാധികളുടെ ഉപയോഗം ഉപദ്രവം കുറെക്കൂടി ഉൽക്കടമാക്കുകയേ ഉള്ളൂ. ഭർത്താവിൻെറ ആഗ്രഹത്തിനു വഴിപ്പെടണമെന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന പാവം പെൺകുട്ടികളെ, സന്താനങ്ങൾ ഉണ്ടാകണമെന്ന ആഗ്രഹമില്ലാതെ ലൈംഗികസംതൃപ്തി ആഗ്രഹിക്കുന്നതു് ഒരു നല്ല കാര്യമാണെന്നു പഠിപ്പിക്കേണ്ടിവരുന്നു. ആ ഇരട്ട ഉദ്ദേശ്യം നിറവേററുന്നതിനു ഗർഭനിയന്ത്രണോപാധികളെ അവർക്കു് ആശ്രയിക്കേണ്ടിയും വരുന്നു.

വിവാഹിതരായ സ്ത്രീകൾക്കു ലഭിക്കാവുന്ന ഏററവും ദോഷകരമായ അഭ്യസനമായി ഞാനിതിനെ കരുതുന്നു. പുരുഷനോടൊപ്പം സ്ത്രീ ലൈംഗികതൃഷ്ണയ്ക്കു വിധേയയാണെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നില്ല. ആത്മനിയന്ത്രണം പരിശീലിക്കുന്നതിന്ന് അവൾക്കു പുരുഷനെ അപേക്ഷിച്ച് എളുപ്പമാണ്. ഭർത്താവിനോടുപോലും 'സാദ്ധ്യമല്ല' എന്നു പറയുന്ന കലയും, ഭർത്താവിൻെറ കൈയിലെ വെറും ഉപകരണമോ, പാവയോ, ആകുകയല്ല തൻെറ ചുമതലയെന്ന് മനസ്സിലാക്കാനുള്ള തൻേറടവും സ്ത്രീയെ പഠിപ്പിക്കുകയാണ് ഈ രാജ്യത്തിനാവശ്യമായ ശരിയായ വിദ്യാഭ്യാസമെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. അവൾക്കു ചുമതലകളുള്ളതുപോലെ, അവകാശങ്ങളുമുണ്ട്. രാമൻെറ കീഴിലെ അനുസരണമുള്ള ഒരടിമയായി സീതയെ കാണുന്നവർ, അവളുടെ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിൻെറയോ സകല കാര്യങ്ങളിലും രാമന് അവളെക്കുറിച്ചുള്ള കരുതലിൻെറയോ മഹത്വം മനസ്സിലാക്കുന്നില്ല. സ്വയം സംരക്ഷിക്കുന്നതിനോ, ചാരിത്ര്യം രക്ഷിക്കുന്നതിനോ കഴിവില്ലാത്ത അവശയയായ ഒരു ബലഹീനയല്ലായിരുന്നു സീത. കുറഞ്ഞതോതിൽ പറഞ്ഞാൽ, നിയന്ത്രണോപാധികൾ ഉപയോഗിക്കാൻ ഇന്ത്യയിലെ സ്ത്രീകളോടു പറയുന്നതു് കുതിരയെ വണ്ടിക്കുപിറകിൽ കെട്ടുന്നതുപോലെയാണ്. മാനസിക അടിമത്തത്തിൽനിന്നും അവളെ സ്വതന്ത്രയാക്കുകയും, ദേശസേവനത്തിൻെറയും മനുഷ്യസേവനത്തിൻെറയും മാന്യത അവളെ പഠിപ്പിക്കയുമാണ് ആദ്യമായി വേണ്ടതു്. ഇന്ത്യയിലെ സ്ത്രീകളെ ഉദ്ധരിക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ലെന്നും, അതുകൊണ്ടു് ജനനനിയന്ത്രണത്തിനും, അവർക്കുള്ള ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുന്നതിനും ഗർഭനിരോധനോപകരണങ്ങളുടെ ഉപയോഗംമാത്രം പഠിപ്പിച്ചാൽ മതിയെന്നും കരുതുന്നതു് ന്യായമല്ല.

ആഗ്രഹാനുസരണമോ, അല്ലാതെയോ ഗർഭം ധരിക്കേണ്ടിവരുന്ന സ്ത്രീകളുടെ കഷ്ടപ്പാടിൽ ന്യായമായ രോഷം തോന്നുന്ന സഹോദരിമാർ അക്ഷമരാകാതിരിക്കട്ടെ. നിന്ത്രണോപാധികളെ പിൻതാങ്ങിയുള്ള പ്രചരണംപോലും നിർദിഷ്ടലക്ഷ്യം ഒരുരാത്രി

കൊണ്ടു നടപ്പാക്കാൻപോകുന്നില്ല. എല്ലാ മാർഗങ്ങളും വിദ്യാഭ്യാസത്തിൽക്കൂടി സാദ്ധ്യമാകുന്നതാണു്. ശരിയായ രീതിയിലുള്ളതിനുവേണ്ടിയാണു ഞാൻ വാദിക്കുന്നതു്.

6. ഏതൊരാൾക്കും സാദ്ധ്യമാണു്

37

എന്റെ പരിമിതികൾ ഞാൻതന്നെ സമ്മതിച്ചിട്ടുണ്ടു്. ആത്മനിയന്ത്രണവും, ഗർഭനിരോധനോപകരണങ്ങളും തമ്മിലുള്ള ഈ മത്സരത്തിൽ, ഈ പരിമിതികളാണു് എന്റെ യോഗ്യതകൾ. ഞാൻ ഭൂരിപക്ഷം ആളുകളെപ്പോലെ കേവലം സാധാരണനാണെന്നും, എന്തെങ്കിലും അസാധാരണമായ അനുഗ്രഹത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങളൊന്നും എന്നിലില്ലെന്നും എന്റെ പരിമിതികൾ വ്യക്തമായി കാണിക്കുന്നു. ആത്മനിയന്ത്രണത്തിനുള്ള എന്റെ പ്രേരണയും വെറും സാധാരണമാണു്—അതായതു്, ദേശത്തെയോ മനുഷ്യരെയോ സേവിക്കാനുള്ള ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടി സന്താനനിയന്ത്റണത്തിനു് ആഗ്രഹിക്കുക എന്നതാണു്. ഒരു വലിയ കുടുംബത്തെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനുള്ള കഴിവില്ലായ്മ എന്ന പ്രേരണ, തന്റെ രാജ്യത്തെയോ മനുഷ്യരാശിയെയോ സേവിക്കുവാനുള്ള വിദൂരപ്രേരണയെക്കാൾ കൂടുതൽ ശക്തമായിരിക്കണം. മുപ്പത്തിയഞ്ചുവർഷത്തെ വിജയകരമായ (ഇന്നത്തെ വീക്ഷണത്തിൽ) ആത്മനിയന്ത്രണത്തിനുശേഷം ഇന്നും എന്നിലുള്ള മൃഗത്തെക്കുറിച്ച് കരുതലയോടെയിരിക്കണമെന്നുള്ളതു്, ഞാൻ ഒരു സാധാരണമനുഷ്യനാണെന്നു് ഉയർന്നതോതിൽ വ്യക്തമാക്കുന്നുണ്ടു്. അതുകൊണ്ടു് എനിക്കു സാദ്ധ്യമായതു് ആവശ്യമായ പ്രയത്നംചെയ്യാൻ തയ്യാറുള്ള ഏതൊരു മനുഷ്യനും സാധ്യമാകുമെന്നു ഞാൻ പ്രസ്താവിക്കുന്നു.

സാധാരണ മനുഷ്യർക്കു് ആത്മനിയന്ത്റണം പരിശീലിക്കാൻ അസാധ്യമാണെന്നു വിശ്വസിക്കുന്നതിലാണു ഗർഭനിയന്ത്റണോപകരണങ്ങൾ ശുപാർശ ചെയ്യുന്നവരോടു് എനിക്കുള്ള വഴക്കു്. സാധ്യമാണെങ്കിലും അങ്ങനെ ചെയ്യുകയില്ലെന്നുവരെ അവരിൽ ചിലർ പറയുന്നുണ്ടു്. സ്വന്തം മണ്ഡലത്തിൽ അവർ എത്രമാത്രം പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നവരാണെങ്കിലും ശരി, ഞാൻ താഴ്മയോടും എന്നാൽ അങ്ങേയററം വിശ്വാസത്തോടുംകൂടി അവരോടു പറയുകയാണു്, ആത്മനിയന്ത്റണത്തിന്റെ സാധ്യതകളെക്കുറിച്ചു് അനുഭവമില്ലാതെയാണു് അവർ സംസാരിക്കുന്നതെന്നു്. മനുഷ്യാത്മാവിന്റെ കഴിവിനെ പരിമിതപ്പെടുത്താൻ അവർക്കു യാതൊരവകാശവുമില്ല. ഇത്തരം സന്ദർഭങ്ങളിൽ എന്നെപ്പോലുള്ള ഒരാളിന്റെ ഖണ്ഡിതമായ തെളിവു്, അതു വിശ്വാസയോഗ്യമാണെങ്കിൽ, മൂല്യ

37. ഹരിജൻ, 30–5–'36 (Self-restraint V. Self-indulgence, pp. 118—120)

മേറിയതാണെന്നുമാത്രമല്ല നിർണായകവുമാണ്. സാധാരണജന ങ്ങൾ എന്നെ ഒരു മഹാത്മാവായി കണക്കാക്കുന്നുവെന്നതുകൊണ്ടു ഞാൻ നല്കുന്ന തെളിവ് ഉപയോഗശൂന്യമാണെന്നു പറഞ്ഞ് നി രാകരിക്കുന്നതു ഗൗരവമുള്ള ഒരന്വേഷണത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോ ളം ഉചിതമല്ല.

സത്യവും അഹിംസയും തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട ചുരുക്കം ചിലക്കു വേണ്ടിമാത്രമുള്ളതല്ല, എല്ലാ മനുഷ്യർക്കും അനുദിനജീവിതത്തിൽ പ്രായോഗികമാക്കാനുള്ളതാണ്. അതുപോലെതന്നെ ആത്മനിയ ന്ത്രണവും ചുരുക്കം ചില 'മഹാത്മാ'ക്കൾക്കുവേണ്ടിമാത്രമുള്ളതല്ല, മനുഷ്യവർഗത്തിനു മുഴുവനുംവേണ്ടിയുള്ളതാണ്. ഇതാണ് വ്യക്ത മായ അനുഭവങ്ങളെ അടിസ്ഥാനമാക്കി എനിക്കുന്നയിക്കുവാനുള്ള വാദം. അനേകമാളുകൾ അസത്യവാന്മാരും ക്രൂരന്മാരും ആയിരു ന്നാലും മനുഷ്യവർഗം അതിന്റെ പ്രമാണങ്ങളെ തരംതാഴ്ത്തുന്നി ല്ല; അതുപോലെതന്നെ ആത്മനിയന്ത്രണത്തിന്റെ സന്ദേശം അ നേകംപേർ, ഒരുപക്ഷേ ഭൂരിപക്ഷംതന്നെ, സ്വീകരിച്ചില്ലെങ്കിലും നാം നമ്മുടെ പ്രമാണങ്ങളെ തരംതാഴ്ത്തിക്കൂടാ.

ദയവർഹിക്കുന്ന ഒരു കേസ്സിൽ ബുദ്ധിമാനായ ഒരു ന്യായാധി പൻ തെററായ ഒരു വിധി നല്കുകയില്ല. ഏററവും ശരിയായ ക രുണ തെററായ നിയമമുണ്ടാക്കുന്നതിലല്ല അടങ്ങിയിരിക്കുന്നതെ ന്ന് അയാൾക്ക് അറിയാവുന്നതുകൊണ്ടു താൻ തന്റെ ഹൃദയം കഠി നമാക്കിയിരിക്കയാണെന്നു മററുള്ളവർക്കു തോന്നിക്കൊള്ളട്ടെ എന്നു വച്ചുകയേയുള്ളു.

നശ്വരമായ ശരീരത്തിന്റെയോ മാംസത്തിന്റെയോ ബല ഹീനതയ്ക്കു കാരണം അതിനുള്ളിൽ അധിവസിക്കുന്ന അനശ്വരമായ ആത്മാവാണെന്നു നാം ആരും പറയുകയില്ല. ആത്മാവിനെ ഭരി ക്കുന്ന നിയമങ്ങളുടെ വെളിച്ചത്തിൽ ശരീരത്തെ നമുക്കു ക്രമീകരി ക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. എന്റെ എളിയ അഭിപ്രായത്തിൽ ഈ നിയ മങ്ങൾ ചുരുക്കവും മാററാൻ വയ്യാത്തതും, മനുഷ്യവർഗത്തിനുമുഴുവൻ മനസ്സിലാക്കാനും പിൻതുടരാനും സാധിക്കുന്നതുമാണ്. അവയുടെ പ്രയോഗത്തിൽ തരതമഭാവമുണ്ടാവാം; എന്നാൽ പ്രകാരഭേദം ഉ ണ്ടാവാൻവയ്യ. നമുക്കു വിശ്വാസമുണ്ടെങ്കിൽ നാം അതു നഷ്ട പ്പെടുത്തുകയില്ല. കാരണം, മനുഷ്യവർഗം അതിന്റെ ലക്ഷ്യം പ്രാ പിക്കുകയോ, ആ ലക്ഷ്യത്തിലേക്ക് ഏററവും അടുത്തതോ, കാണ ത്തക്കതോ ആയ സമീപനം സാധിക്കയോ ചെയ്യുന്നതിനു ദശല ക്ഷക്കണക്കിനു വർഷങ്ങൾ വേണ്ടിവരും. ജവഹർലാലിന്റെ ഭാ ഷയിൽ പറഞ്ഞാൽ, നമുക്കു ശരിയായ പ്രത്യയശാസ്ത്രമുണ്ടായിരി ക്കട്ടെ.

....സ്വയം നിയന്ത്റിക്കുന്നവർ അലസരല്ല. അവർ അവരു ടെ പ്രചരണം നടത്തുന്നുണ്ടു്. ഗർഭനിയന്ത്റണോപാധികളുടെ

മാർഗത്തിൽനിന്നും, അവരുടെ മാർഗത്തിന്റെ രീതി വിഭിന്നമാണെങ്കിൽ അവരുടെ പ്രചരണവും അങ്ങനെതന്നെയാണ്; അങ്ങനെ ആയിരിക്കേണ്ടതുമാണ്. 'ആത്മനിയന്താക്കൾ'ക്ക് ആശ്രുപത്രികൾ ആവശ്യമില്ല. അവരുടെ പ്രതിവിധി പരസ്യംചെയ്യാൻ അവർക്ക കഴിയുന്നില്ല; കാരണം ലഘുവാണ്: അതു വിലയ്ക്കോ വെറുതയോ കൊടുക്കാവുന്ന ഒരു വസ്തുവല്ല എന്നതുതന്നെ. എന്നാൽ നിയന്ത്രണോപാധികളുടെ വിമർശനവും, അവയുടെ ഉപയോഗത്തിനെതിരായി ആളുകൾക്ക മുന്നറിയിപ്പു നല്കുന്നതും അവരുടെ പ്രചരണത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗമാണ്. നിർമാണാത്മകമായ വശം ഇതിന് എപ്പോഴുമുണ്ട്. എന്നാൽ സ്വാഭാവികമായി അനുഭവപ്പെടാത്ത രീതിയിലും കാണപ്പെടാത്ത രീതിയിലുമാണത്. ആത്മനിയന്ത്രണത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള വാദം ഒരിക്കലും നിർത്തിവച്ചിട്ടില്ല. ഏററവും ഫലപ്രദമായ വാദം ദൃഷ്ടാന്തത്തിലൂടെ ഉള്ളതാണ്. വിജയകരമായി ആത്മനിയന്ത്രണം പരിശീലിക്കുന്ന സത്യസന്ധരായ ആളുകളുടെ എണ്ണം വർദ്ധിക്കുന്തോറും അതിന്റെ പ്രചരണം കൂടുതൽ ഫലപ്രദമായിത്തീരും.

7. *പ്രലോഭകമായ പരസ്യങ്ങളും സാഹിത്യവും*

38

വിവാഹിതരും ബലഹീനരുമായ ഇന്ത്യൻ ജനതയ്ക്ക് നഷ്ടപ്പെട്ട ഉന്മേഷമെങ്കിലും വീണ്ടെടുക്കുന്നതിനു കൃത്രിമോപകരണങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചുകൊണ്ടുള്ള ആസ്വാദനത്തിലല്ല, പൂർണമായ നിയന്ത്രണത്തിലാണു പരിശീലനം നല്കപ്പെടേണ്ടത്. നമ്മുടെ പത്രങ്ങളെ വികൃതമാക്കുന്ന അസാന്മാർഗിക ഔഷധങ്ങളുടെ പരസ്യങ്ങൾ ജനനനിയന്ത്രണങ്ങളെ ശുപാർശചെയ്യുന്നവർക്ക് ഒരു മുന്നറിയിപ്പായിരിക്കട്ടെ. ലജ്ജാനാട്യമോ, കപടവിനയമോ അല്ല ഈ വിഷയം ചർച്ചചെയ്യുന്നതിൽനിന്ന് എന്നെ തടയുന്നത്, ഭോഗാനുഭൂതിക്കനുകൂലമായി ഉന്നയിക്കപ്പെടുന്ന പകിട്ടുള്ള വാദമുഖങ്ങൾക്ക നമ്മുടെ ദേശത്തെ ഓജസ്സററവരും സിരാശക്തി നശിച്ചവരുമായ യുവാക്കൾ എളുപ്പത്തിൽ ഇരയാകുമെന്ന സുനിശ്ചിതമായ അറിവാണ് എന്നെ തടയുന്ന ശക്തി.

ശരീരത്തെ ബന്ധിച്ച്, അതിനുള്ള പരമമായ സുഖാസ്വാദനം നിഷേധിച്ച്, അതിനെ ഞെരുക്കുന്ന അന്ധവിശ്വാസത്തിന്റെ ബന്ധനത്തിൽനിന്നും മുക്തി നല്കുന്ന ഈ ആധുനിക സമ്പ്രദായത്തിന്റെ ഉപയോഗത്തെ അമേരിക്കയിൽ എതിർക്കുന്നത് മൂഢന്മാരും പുരുഷത്വമില്ലാത്തവരും മാത്രമാണെന്നു വിദേശത്തുനിന്നും ആഴ്ചതോറും നാം ഇറക്കുമതി ചെയ്യുന്ന ആധുനിക പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങൾ നമ്മെ വിശ്വസിപ്പിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നു. ആ സാഹിത്യം

38. യങ് ഇൻഡ്യ, 2–4–'25 (BirthControl—Right and Wrong Way. p. 11)

അതു പഠിപ്പിക്കുന്ന പ്രവൃത്തിയുടെ അത്രതന്നെ നൈമിഷികമായ ലഹരി ഉണ്ടാക്കുകയും സ്വാഭാവികമായ അനന്തരഫലങ്ങളുടെ ആപത്തില്ലാതെതന്നെ ആ പ്രവൃത്തി ചെയ്യാൻ നമ്മെ പ്രേരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

39

ഗർഭനിരോധനോപകരണങ്ങളുടെ ഉപയോഗം വിസ്കരിക്കപ്പിയേക്കാം എത്രയോ പ്രലോഭകമാണ്. എന്നാൽ മാരകമായ വശീകരണശേഷിയുള്ള പതയുന്ന ആ ദ്രാവകത്തേക്കാൾ ഒട്ടും നിയമാനുസൃതമല്ല ഇതും. അവ രണ്ടും വർദ്ധിച്ചുവരുന്നുവെന്ന കാരണത്താൽ അവയുടെ ഉപയോഗത്തോടുള്ള എതിർപ്പു നിരാശാപൂർവം ആരും ഉപേക്ഷിച്ചുകളയരുത്. എതിർപ്പുള്ളവർ അവരുടെ ദൗത്യത്തിൽ വിശ്വാസമുണ്ടെങ്കിൽ അതു പിൻതുടരണം. ഭ്രാന്തുപിടിച്ച ജനക്കൂട്ടത്തിന്റെ ഇടയ്ക്കുനിന്നും ഉച്ചരിക്കുന്ന വാക്കുകൾക്കില്ലാത്ത ഒരു ശക്തി ഏകാന്തതയിൽനിന്നുള്ള ശബ്ദത്തിനുണ്ടായിരിക്കും. കാരണം, ഏകാന്തതയിൽനിന്നുള്ള ശബ്ദത്തിനു പിന്നിൽ ധ്യാനവും, ആലോചനയും ശമിക്കാത്ത വിശ്വാസവും ഉള്ളപ്പോൾ ആ ശബ്ദകോലാഹലത്തിനു പിന്നിൽ സാധാരണമായി വ്യക്തിഗതമായ സുഖാനുഭൂതിയോ ആഗ്രഹിക്കാത്ത കുട്ടികളോടും അവരുടെ കഷ്ടപ്പെടുന്ന അമ്മമാരോടുമുള്ള കപടവും വൈകാരികവുമായ അനുകമ്പയോ മാത്രമേ കാണുകയുള്ളു. ഒരു കുടിയന്റെ പ്രവൃത്തിക്കുള്ളിടത്തോളം വിലയേ വ്യക്തിപരമായ അനുഭവത്തെക്കുറിച്ചുള്ള വാദത്തിനുള്ളൂ. അനുകമ്പാവാദമാകട്ടെ കുടുങ്ങിയാൽ അപകടമുള്ള ഒരു കെണിയാണ്. ആഗ്രഹിക്കാത്ത സന്താനങ്ങളുടെയും, അതുപോലെ ആഗ്രഹിക്കാത്ത മാതൃത്വത്തിന്റെയും യാതനകൾ ദയാനിധിയായ പ്രകൃതിയുടെ ശിക്ഷകളോ മുന്നറിയിപ്പുകളോ ആണ്. അച്ചടക്കനിയമത്തിന്റെയും നിയന്ത്രണത്തിന്റെയും അവഗണന ആത്മഹത്യയാണ്. നമ്മുടെ സ്ഥിതി ഒരു പരീക്ഷണാവസ്ഥയാണ്. അച്ചടക്കത്തിന്റെ നുകം ഏററാൻ വിസമ്മതിക്കയാണെങ്കിൽ നാം ഭീരുക്കളെപ്പോലെ പരാജയം വരിക്കയും സമരമുപേക്ഷിക്കുകയും ജീവിക്കുന്നതിന്റെ ഏകസന്തോഷം ഉപേക്ഷിക്കുകയും ആയിരിക്കും ചെയ്യുന്നത്.

സി. ബ്രഹ്മചര്യം

1. *വിവിധ വശങ്ങൾ*

40

വാസ്തവത്തിൽ എല്ലാ നിഷ്ഠകളും സത്യത്തിൽനിന്നും വ്യവച്ഛേദിച്ചെടുക്കാവുന്നവയും, സത്യത്തിന് അധീനമായിരിക്കാൻ

39. ഹരിജൻ, 27-3-'37 (Birth Control–Right and Wrong Way, p. 26)
40. From Yaravada Mandir (1939) pp. 10—14

ഉദ്ദേശിച്ചിട്ടുള്ളവയുമാണ്. സത്യത്തോട്ട ബന്ധപ്പെട്ടവനായിരിക്കയും, സത്യത്തെ മാത്രം ആരാധിക്കയും ചെയ്യുന്ന ഒരുവൻ തന്റെ കഴിവുകളെ മറെറന്തിനെങ്കിലുമുപയോഗിക്കയാണെങ്കിൽ അവൻ സത്യത്തോട് അവിശ്വസ്തനായിത്തീരുന്നു. അപ്പോഠം പിന്നെ അവൻ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ എങ്ങനെ സേവിക്കും? പരിപൂർണനിസ്വാർത്ഥത ആവശ്യമായിരിക്കുന്ന സത്യഗ്രഹത്തിനുവേണ്ടി തന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളെല്ലാം കേന്ദ്രീകരിച്ചിരിക്കുന്ന ഒരുവന്, കുട്ടികളെ ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്ന സ്വാർത്ഥപരമായ ഉദ്ദേശ്യത്തിനും ഒരു കുടുംബം നടത്തുന്നതിനുമുള്ള സമയം കാണുകയില്ല. സ്വയം സംതൃപ്തിയിൽക്കൂടിയുള്ള സത്യസാക്ഷാത്കാരം മുമ്പു പറഞ്ഞതനുസരിച്ചു പരസ്പരവിരുദ്ധമായി തോന്നും.

അഹിംസയുടെ നിലപാടിൽനിന്നു നോക്കുമ്പോഠം പരിപൂർണ നിസ്വാർത്ഥതക്കൂടാതെ അഹിംസയുടെ പൂർത്തീകരണം അസാദ്ധ്യമാണെന്നു നമുക്കു കാണാം. സാർവലൗകികമായ സ്നേഹമെന്നാണ് അഹിംസയുടെ അർത്ഥം. ഒരു പുരുഷൻ ഒരു സ്ത്രീയെ സ്നേഹിക്കയോ, ഒരു സ്ത്രീ ഒരു പുരുഷനെ സ്നേഹിക്കയോ ചെയ്താൽ അതിനപ്പുറത്തു ലോകത്തിനു കൊടുക്കാൻ മറെറന്തു ബാക്കിവച്ചിട്ടുണ്ട്? 'ഞങ്ങഠം രണ്ടുപേരും ആദ്യം, മററുള്ളവർക്ക് എന്തും വരട്ടെ,' എന്നു മാത്രമാണതിനർത്ഥം. വിശ്വസ്തയായ ഒരു ഭാര്യ തന്റെ ഭർത്താവിനുവേണ്ടി അവളുടെ സകലതും അർപ്പിക്കാൻ തയാറാവുകയും, ഒരു വിശ്വസ്തനായ ഭർത്താവു തന്റെ ഭാര്യയ്ക്കുവേണ്ടി അതുപോലായിരിക്കയും ചെയ്യേണ്ടതുകൊണ്ട്, സാർവത്രികമായ സ്നേഹത്തിന്റെ ഔന്നത്യത്തിലേക്കു ഉയരുന്നതിനോ മനുഷ്യവംശത്തെ മുഴുവൻ ബന്ധുക്കളും വേണ്ടപ്പെട്ടവരുമായി കാണുന്നതിനോ അത്തരം ആളുകഠംക്കു കഴിയുകയില്ലെന്നതു വ്യക്തമാണ്. കാരണം അവരുടെ സ്നേഹത്തിനുചുററും അവർ ഒരു അതിർത്തിക്കോട്ട ഉണ്ടാക്കിയിട്ടുണ്ട്. അവരുടെ കുടുംബം വലുതാകുന്നതോടൊപ്പം സാർവത്രികമായ സ്നേഹത്തിൽനിന്നും അവർ അകലുകയാണ്. അതുകൊണ്ടു അഹിംസയുടെ നിയമങ്ങഠം അനുസരിക്കേണ്ടവനു, വിവാഹിതനാകാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. വിവാഹബന്ധത്തിനു പുറമേയുള്ള സംതൃപ്തിയെക്കുറിച്ചു പിന്നെ പറയേണ്ടതില്ലല്ലോ.

ഇതിനകം വിവാഹിതരായവരുടെ കാര്യം പിന്നെയെങ്ങനെയാണ്? അവർക്കു സത്യം ഗ്രഹിക്കാൻ ഒരിക്കലും സാദ്ധ്യമല്ലേ? മനുഷ്യവർഗത്തിന്റെ അഠംത്താരയിൽ അവരുടെ സകലതും സമർപ്പിക്കാൻ അവർക്കു ഒരിക്കലും കഴിയുകയില്ലേ? അവർക്ക് അതിനൊരു മാർഗമുണ്ട്. വിവാഹിതരല്ലെന്നുള്ള വിധത്തിൽ അവർക്കു പെരുമാറാം. സന്തോഷകരമായ ഈ അവസ്ഥ ആസ്വദിച്ചിട്ടുള്ളവർക്കു ഞാൻ പറയുന്നതു മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിക്കും. എന്റെ അറിവിൽ പലരും ഈ പരീക്ഷണം വിജയപൂർവം നടത്തിയിട്ടുണ്ട്.

വിവാഹിതരായവർ പരസ്പരം സഹോദരീസഹോദരന്മാർ എന്ന നിലയിൽ പെരുമാറുകയാണെങ്കിൽ അവർ സാർവത്രികമായ സേവനത്തിനുവേണ്ടി സ്വതന്ത്രരാക്കപ്പെട്ടിരിക്കും. ലോകത്തുള്ള എല്ലാ സ്ത്രീകളും തന്റെ സഹോദരിമാരോ, അമ്മമാരോ, പുത്രിമാരോ ആണെന്ന ചിന്തതന്നെ ഒരുവനെ ശ്രേഷ്ഠനാക്കുകയും, അവന്റെ ചങ്ങലകളെ പൊട്ടിക്കുകയും ചെയ്യും. ഇതിൽ ഭർത്താവും ഭാര്യയും ഒന്നും നഷ്ടപ്പെടുന്നില്ല, പകരം അവരുടെ സ്വത്തിനോടും അവരുടെ കുടുംബത്തോടുതന്നെയും കുറെ കൂട്ടിച്ചേർക്കുകയാണ്. അവരുടെ സ്നേഹം കാമത്തിന്റെ അശുദ്ധിയിൽനിന്നും സ്വതന്ത്രമായി കൂടുതൽ ശക്തിപ്രാപിക്കുന്നു. ഈ അശുദ്ധി അപ്രത്യക്ഷമാകുന്നതോടെ അവർക്കു പരസ്പരം സേവിക്കാൻ സാദ്ധ്യമാകയും കലഹത്തിനുള്ള അവസരങ്ങൾ കുറയുകയും ചെയ്യും. സ്വാർത്ഥപരവും ബന്ധിക്കപ്പെട്ടതുമായ സ്നേഹമുള്ളിടത്തു കലഹത്തിനുള്ള അവസരങ്ങൾ കൂടുതൽ ഉണ്ടായിരിക്കും.

മുൻപറഞ്ഞ വാദഗതി സ്വീകാര്യമായി തോന്നുന്നുവെങ്കിൽ ചാരിത്ര്യത്തിന്റെ ശാരീരികനേട്ടങ്ങൾ പ്രാധാന്യേന രണ്ടാംതരമായിത്തീരുന്നു. അതിപ്രധാനമായ ശക്തി ബോധപൂർവം കാമാസ്വാദനത്തിൽ വ്യർത്ഥമാക്കുന്നതു എന്തു മഠയത്തരമാണ്. ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ശക്തിയുടെ പൂർണ വളർച്ചയ്ക്കുവേണ്ടി സ്ത്രീപുരുഷന്മാർക്കു നൽകപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന ഒന്നിനെ ശാരീരികസംതൃപ്തിക്കുവേണ്ടി ക്രമേണ നശിപ്പിക്കുന്നതു ഗൗരവമേറിയ ഒരു ദുരുപയോഗമാണ്. പല സുഖക്കേടുകളുടേയും മൂലകാരണം ഇത്തരം ദുരുപയോഗമാണ്.

മററു എല്ലാ നിഷ്ഠകളുംപോലെ ബ്രഹ്മചര്യവും വിചാരത്തിലും വാക്കിലും പ്രവൃത്തിയിലും അനുഷ്ഠിക്കേണ്ടതാണ്. അശുദ്ധവിചാരങ്ങൾ മനസ്സിൽ വളർത്തിക്കൊണ്ടു് തന്റെ ശരീരത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്നവനായി ഭാവിക്കുന്ന മഠയനായ മനുഷ്യൻ വ്യർത്ഥമായ പരിശ്രമം നടത്തുകയാണെന്നു ഗീതയിൽ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടു്; അനുഭവവും ഈ പ്രസ്താവനയെ സ്ഥിരപ്പെടുത്തും. മനസ്സിനെ അപഥസഞ്ചാരത്തിനനുവദിക്കുമ്പോൾ ശരീരത്തെ അമർച്ചചെയ്യുന്നതു ഹാനികരമാണ്. മനസ്സു് അലഞ്ഞുതിരിയുന്നിടത്തു ശരീരവും ഉടനെയോ പിന്നീടോ അനുഗമിക്കണം.....ഒരു വ്യത്യാസം മനസ്സിലാക്കേണ്ടതു ഇവിടെ ആവശ്യമാണ്. അശുദ്ധമായ ചിന്തകൾക്കു മനസ്സിൽ സ്ഥാനം അനുവദിക്കുന്നതു് ഒരു കാര്യമാണ്; നമ്മെ വകവയ്ക്കാതെ അവയ്ക്കിടയിൽ മനസ്സു് അലയുകയാണെങ്കിൽ അതു പൂർണമായും മറെറാരു കാര്യമാണ്. മനസ്സിന്റെ ദുഷിച്ച ചുററിത്തിരിയലിൽ നാം നിസ്സഹകരിക്കുകയാണെങ്കിൽ അവസാനം വിജയം നമ്മുടേതായിരിക്കും.

പലപ്പോഴും ശരീരം നമ്മുടെ നിയന്ത്രണത്തിനു വിധേയമായിരിക്കുമ്പോൾ മനസ്സു് അങ്ങനെയല്ലെന്നു നമ്മുടെ ജീവിതത്തിലെ

ഓരോ നിമിഷവും നമുക്കനുഭവപ്പെടുന്നുണ്ട്. ശാരീരികമായ ഈ നിയന്ത്രണത്തിനു നാം ഒരിക്കലും അയവുകൊടുക്കരുത്. അതുകൂടാതെ മനസ്സിനെ നിയന്ത്രണത്തിൻകീഴിൽ കൊണ്ടുവരുന്നതിനു സ്ഥിരമായ പരിശ്രമവും നടത്തണം. നമുക്കതിൽ കൂടുതലോ കുറവോ ഒന്നുംചെയ്യാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. നാം മനസ്സിനു സ്വാതന്ത്ര്യം കൊടുക്കയാണെങ്കിൽ ശരീരവും മനസ്സും വ്യത്യസ്തമായ വഴികളിലേക്കു തിരിയുകയും, നാം നമ്മോടുതന്നെ അവിശ്വസ്തരായിരിക്കയും ചെയ്യും. എല്ലാ ദുഷിച്ച ചിന്തകളുടേയും സമീപനത്തെ തടയുന്നിടത്തോളം കാലം ശരീരവും മനസ്സും ഒന്നിച്ചുപോകുന്നുവെന്നു പറയാം.

ബ്രഹ്മചര്യനിഷ്ഠ വളരെ ബുദ്ധിമുട്ടുള്ളതായി, മിക്കവാറും അസാദ്ധ്യമായി കരുതപ്പെട്ടുവരുന്നു. ഈ വിശ്വാസത്തിന് ഒരു കാരണം കണ്ടുപിടിക്കാൻ ശ്രമിക്കുമ്പോൾ ബ്രഹ്മചര്യം എന്ന പദം ഒരു ഇടുങ്ങിയ അർത്ഥത്തിലാണു സ്വീകരിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതെന്നു നമുക്കു കാണാം. മൃഗീയവികാരത്തിന്റെ വെറും നിയന്ത്രണംമാത്രം ബ്രഹ്മചര്യാനുഷ്ഠാനത്തിനു തുല്യമായി കരുതപ്പെടുന്നു. ഈ സങ്കൽപ്പം അപൂർണവും അബദ്ധവുമാണെന്ന് എനിക്കു തോന്നുന്നു. ബ്രഹ്മചര്യം എന്നു പറയുന്നത് എല്ലാ ഗ്രഹണേന്ദ്രിയങ്ങളുടേയും നിയന്ത്രണമാണ്. ഒരുവൻ ഒരു ഇന്ദ്രിയത്തെ മാത്രം നിയന്ത്റിക്കുന്നതിനു ശ്രമിക്കയും മററവയെല്ലാം സ്വതന്ത്രപ്രവർത്തനം അനുവദിക്കയും ചെയ്താൽ അയാൾക്കു തന്റെ ശ്രമം വിഫലമാണെന്നുതന്നെ കാണേണ്ടതായി വരും. കാതുകൾകൊണ്ടു സൂചനാപരമായ കഥകൾ കേൾക്കയും കണ്ണുകൾകൊണ്ടു സൂചനാപരമായ കാഴ്ചകൾ കാണുകയും ഉത്തേജനം നൽകുന്ന ഭക്ഷണം നാവുകൊണ്ടു രുചിക്കുകയും കൈകൾകൊണ്ടു വികാരോദ്ദീപകമായ വസ്തുക്കൾ തൊടുകയും ചെയ്യുന്നതിനോടൊപ്പം ബാക്കിയുള്ള ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കാമെന്നു പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതു തീയിൽ കൈയിട്ടു പൊള്ളലേൽക്കാതെ രക്ഷപ്പെടാമെന്നു പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതുപോലെയാണ്. അതുകൊണ്ടു ഒരെണ്ണത്തെ നിയന്ത്രിക്കണമെന്നു തീരുമാനിച്ചിട്ടുള്ളവൻ ബാക്കിയുള്ളവയേയുംഅതുപോലെ നിയന്ത്രിക്കാൻ തീരുമാനമെടുക്കണം. ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ ഇടുങ്ങിയ നിർവചനംകൊണ്ടു വേണ്ടുവോളം ഉപദ്രവം ഉണ്ടായിട്ടുണ്ടെന്ന് എനിക്കു പലപ്പോഴും തോന്നിയിട്ടുണ്ട്. എല്ലാ വശങ്ങളിലും ഒരേസമയം ആത്മനിയന്ത്രണം പരിശീലിക്കയാണെങ്കിൽ ആ ശ്രമം ശാസ്ത്രീയവും, വിജയസാദ്ധ്യതയുള്ളതുമായിരിക്കും. ഒരുപക്ഷേ, രസനയായിരിക്കും പ്രധാന അപരാധി. അതുകൊണ്ടാണ് ആശ്രമത്തിൽ രസനയുടെ നിയന്ത്രണത്തിനു ഞങ്ങളുടെ നിഷ്ഠയിൽ ഒരു പ്രത്യേകസ്ഥാനം കൊടുത്തിരിക്കുന്നത്.

ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ മൂലാർത്ഥം നമുക്ക് ഓർമ്മിക്കാം. ചര്യ എന്നാൽ പെരുമാററപദ്ധതി എന്നാണർത്ഥം. ബ്രഹ്മചര്യം എന്നാൽ ബ്രഹ്മത്തെ അന്വേഷിക്കുന്നതിനായി സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്ന ചര്യ, അതായതു സത്യം. ശബ്ദവ്യുത്പത്തിയനുസരിച്ചുള്ള

ഈ അർത്ഥത്തിൽനിന്നും, ഈ പ്രത്യേകാർത്ഥം ഉണ്ടാകുന്നു—അതായതു്, എല്ലാ ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെയും നിയന്ത്രണം. ലൈംഗികവശത്തിൽ മാത്രം സ്വയം ഒതുങ്ങിനിൽക്കുന്ന അപൂർണനിർവചനത്തെ നാം പൂർണമായും വിസ്മരിക്കണം.

ചിന്തയിലും, വാക്കിലും, പ്രവൃത്തിയിലും തന്റെ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന ഒരുവനാണു ബ്രഹ്മചാരി.

41

ചിന്തയിലും വാക്കിലും പ്രവൃത്തിയിലും തന്റെ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുന്നവനാണ് ഒരു ബ്രഹ്മചാരി.

സാധാരണ ബ്രഹ്മചര്യം വിചാരിക്കുന്നതുപോലെ അതു വിഷമമുള്ളതല്ല. ആ പദത്തെ ഒരു ഇടുങ്ങിയ അർത്ഥത്തിൽ മനസ്സിലാക്കി നാം അതിനെ പ്രയാസമുള്ളതാക്കിത്തീർത്തു. പൊള്ളലേല്ക്കുന്നതിൽനിന്നു രക്ഷപ്പെടാമെന്നു പ്രതീക്ഷിച്ചുകൊണ്ടു തീയിൽ കൈയിടുന്ന മഠയന്മാരെപ്പോലെ നമ്മിൽ പലരും ബ്രഹ്മചര്യത്തോടു കളിക്കാറുണ്ട്. ഒരു ബ്രഹ്മചാരിക്ക് ഒരു ഇന്ദ്രിയമല്ല, എല്ലാ ജ്ഞാനേന്ദ്രിയങ്ങളും നിയന്ത്രിക്കേണ്ടതുണ്ടെന്നു വളരെ കുറച്ചുപേരേ മനസ്സിലാക്കുന്നുള്ളു. മൃഗീയവികാരത്തിന്റെ വെറും നിയന്ത്രണംമാത്രം ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ സകലതുമായി എന്നു കരുതുന്നവൻ ബ്രഹ്മചാരിയല്ല: അയാറം അതു വളരെ പ്രയാസമുള്ളതായി കാണുമെങ്കിൽ അതിശയിക്കാനില്ല. ഒരൊററ ഇന്ദ്രിയത്തെമാത്രം നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനു ശ്രമിക്കയും, മററവയെല്ലാം സ്വതന്ത്രപ്രവത്തനം അനുവദിക്കയും ചെയ്യുന്ന ഒരുവൻ വിജയം വരിക്കാമെന്നു പ്രതീക്ഷിക്കേണ്ട. ബോധപൂർവം കിണററിലിറങ്ങുകയും, ശരീരം നനയാതെ സൂക്ഷിക്കാമെന്നു പ്രതീക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിനു തുല്യമാണതു്. മൃഗീയവികാരത്തെ എളുപ്പത്തിൽ കീഴടക്കാമെന്നുള്ളവർ അതിനെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്ന അനാവശ്യമായതെല്ലാം ഉപേക്ഷിക്കണം. അവർ അവരുടെ രസനയെ നിയന്ത്രിക്കയും ദുർവികാരവ്യഞ്ജകമായ എല്ലാ ഗ്രന്ഥങ്ങളും വായിക്കുന്നതു നിർത്തുകയും, ആഡംബരങ്ങളുടെ ആസ്വാദനം ഉപേക്ഷിക്കയും വേണം. അത്തരം ത്യാഗത്തിനുശേഷം ബ്രഹ്മചര്യം വേണ്ടത്രെ എളുപ്പമുള്ളതായി അവർ കാണുമെന്നുള്ളതിൽ സംശയത്തിന്റെ നിഴൽപോലുമില്ല.

കാമാസക്തിയോടെ തന്റെയോ മറെറാരുവന്റെയോ ഭാര്യയെ നോക്കുന്നതോ, അവളെ അപ്രകാരം തൊടുന്നതോ ബ്രഹ്മചര്യാലംഘനമല്ലെന്നു് ചിലയാളുകറം കരുതുന്നു. പക്ഷേ സത്യത്തിൽനിന്നും ഇത്ര അകന്ന മറെറാന്നുമില്ല: എന്നാൽ ഇത്തരം പെരുമാററം ശരിക്കും ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ അപലപനീയമായ ലംഘനമാണ്. അതിൽ മുഴുകുന്ന സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ സ്വയം അവരെ

41. Ashram Observances in Action (1932) pp.49—55

ത്തന്നെയും ലോകത്തെയും വഞ്ചിക്കുന്നു. പ്രതിദിനം അവർ ബല ഹീനരായിത്തീരുകയും, എളുപ്പം സ്വയം രോഗഗ്രസ്തരാവുകയും ചെയ്യും. അഭിലാഷങ്ങളുടെ പൂർണമായ ഒരാസ്വാദനത്തിനു മുൻപ് അവർ പിന്തിരിയുന്നെങ്കിൽ അതിനുള്ള അഭിനന്ദനം അർഹിക്കുന്നതു് അവരല്ല, സാഹചര്യങ്ങളാണു്. ആദ്യത്തെ ഉദ്യമത്തിൽത്തന്നെ അവർ വീണുപോകാൻ ഇടയുണ്ടു്.

ആശ്രമം വിഭാവനം ചെയ്യുന്ന ബ്രഹ്മചര്യത്തിൽ വിവാഹിതർ അവിവാഹിതരേപ്പോലെ വർത്തിക്കുന്നു. വിവാഹിതർ വൈവാഹിക ബന്ധത്തിനപ്പുറത്തുള്ള സംതൃപ്തി ത്യജിക്കയാണു വേണ്ടതു്. അവരുടേതു്, പരിമിതമായ ഒരു ബ്രഹ്മചര്യമാണു്. പക്ഷേ അവരെ ബ്രഹ്മചാരികളായി കണക്കാക്കുന്നതു മഹത്തായ ആ പദത്തോടു് അക്രമം കാട്ടുകയാണു്.

അതാണു ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ പൂർണമായ ആശ്രമകല്പിതമായ നിർവചനം. എന്നിരുന്നാലും പരസ്പരം കണ്ടുമുട്ടുന്നതിൽ വേണ്ടത്ര സ്വാതന്ത്ര്യം ആസ്വദിക്കുന്ന സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ ആശ്രമത്തിലുണ്ടു്. ഒരു മകനു് അവന്റെ അമ്മയേയോ, ഒരു സഹോദരനു തന്റെ സഹോദരിയേയോ കാണുവാൻ സ്വാതന്ത്ര്യം ഉള്ളതുപോലെ,ഏതൊരു ആശ്രമവാസിക്കും മറ്റൊരു ആശ്രമവാസിയെ കാണുവാൻ സ്വാതന്ത്ര്യം ഉണ്ടായിരിക്കണമെന്നതാണു തത്ത്വം. അതത്രെ, ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ സംരക്ഷണത്തിനായി സാധാരണ ചുമത്താറുള്ള നിബന്ധനകൾ സത്യഗ്രഹാശ്രമത്തിൽ ഒഴിവാക്കപ്പെട്ടിരിക്കയാണു്. അത്തരം പ്രത്യേക സഹായങ്ങൾ ആവശ്യപ്പെടുന്ന ബ്രഹ്മചര്യം ബ്രഹ്മചര്യമേ അല്ലെന്നു ഞങ്ങൾ അവിടെ വിശ്വസിക്കുന്നു. നിബന്ധനകൾ ആദ്യം ആവശ്യമായിരിക്കാം, എന്നാൽ കാലം കഴിയുമ്പോൾ അവ നശിച്ചുപോകും. ആ നിയന്ത്രണങ്ങൾ തിരോഭവിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് ഒരു ബ്രഹ്മചാരി സ്ത്രീകളുടെ കൂട്ടുകെട്ടു തേടിപ്പോകുമെന്നു് അർത്ഥമില്ല. എന്നാൽ ഒരു സ്ത്രീയെ സഹായിക്കേണ്ട അവസരം വരുമ്പോൾ അതു അവനു വിലക്കപ്പെട്ടതാണെന്ന വിചാരത്തിൽ അവൻ ആ സേവനം നിരസിച്ചുകൂടാ എന്നുതന്നെയാണതിനർത്ഥം.

ഒരു ബ്രഹ്മചാരിക്കു് സ്ത്രീ 'നരകത്തിന്റെ വാതിൽസൂക്ഷിപ്പുകാരി'യല്ല; പ്രത്യുത, സ്വർഗത്തിലെ നമ്മുടെ മാതാവിന്റെ അവതാരമാണു്. ഒരു സ്ത്രീയെ കാണാനിടവരികയോ, സേവനം അനുഷ്ഠിക്കുന്നതിനു തൊട്ടുകയോ ചെയ്യുമ്പോൾ ഒരുവന്റെ മനസ്സു് അസഹ്യപ്പെടുന്നുണ്ടെങ്കിൽ അവൻ ഒരു ബ്രഹ്മചാരിയേ അല്ല. ഒരു ജീവനുള്ള രൂപത്തോടും ഒരു പിത്തളപ്രതിമയോടും ഒരു ബ്രഹ്മചാരിക്കുള്ള വികാരം ഒന്നുതന്നെയായിരിക്കും. എന്നാൽ ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കുന്നതിനു് ആഗ്രഹമുള്ള ഒരുവൻ സ്ത്രീയെന്നു പറയുമ്പോൾ

ത്തന്നെ ഭ്രമിച്ചുപോകുമെങ്കിൽ ലോഹംകൊണ്ടുള്ള ഒരു പ്രതിമയിൽ നിന്നുപോലും ഓടി അകലണം.

സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ അങ്ങനെ ഒന്നിച്ചു ജീവിക്കയും, പ്രവർത്തിക്കയും പരസ്പരം സേവിക്കയും ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കാൻ ശ്രമിക്കയും ചെയ്യുന്ന ഒരാശ്രമം പലതരം അപകടങ്ങൾക്കു പഴുതു കൊടുക്കുന്നതാണ്. ഇതിന്റെ സഞ്ജീകരണത്തിൽ ഏറെക്കുറെ പാശ്ചാത്യരുടെ ജീവിതാനുകരണം ബോധപൂർവം അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. അത്തരം ഒരു പരീക്ഷണം നടത്തുന്നതിനുള്ള എന്റെ യോഗ്യതയെക്കുറിച്ചു എനിക്കു വലിയ സംശയമുണ്ട്. പക്ഷേ, ഇതു് എന്റെ എല്ലാ പരീക്ഷണങ്ങളെയും സംബന്ധിക്കുന്നതാണ്. ഈ സംശയങ്ങൾ കാരണമാണു ഞാൻ മററാരേയും എന്റെ ശിഷ്യനായി കരുതാത്തതു്. വേണ്ടത്ര ആലോചനയോടുകൂടി ആശ്രമത്തിൽ ചേർന്നിട്ടുള്ളവർ, അതിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന എല്ലാ അപകടങ്ങളെക്കുറിച്ചും പൂർണമായ ബോധത്തോടുകൂടിയാണ് എന്റെ സഹപ്രവർത്തകരായിത്തീർന്നിരിക്കുന്നതു്. യുവാക്കന്മാരേയും യുവതികളെയും സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഞാൻ അവരെ എന്റെ സ്വന്തം കുട്ടികളെപ്പോലെ കരുതുന്നു. അങ്ങനെ അവർ സ്വാഭാവികമായി എന്റെ പരീക്ഷണങ്ങളുടെ അതിർത്തിക്കുള്ളിലേക്ക് ആനയിക്കപ്പെടുന്നു. സത്യമാകുന്ന ഈശ്വരന്റെ പേരിലാണ് ഈ പരീക്ഷണങ്ങൾ നടത്തപ്പെടുന്നതു്. അദ്ദേഹം വിദഗ്ദ്ധനായ പാത്രനിർമ്മാതവും നാമെല്ലാം അദ്ദേഹത്തിന്റെ സർവ്വശക്തമായ കയ്യിലെ വെറും കളിമണ്ണുമാണ്.

വൈഷമ്യങ്ങളിൽക്കൂടിയുള്ള ബ്രഹ്മചര്യാന്വേഷണത്തിന്റെ ഫലങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം നിരാശയ്ക്കു യാതൊരു സ്ഥാനവുമില്ലെന്നു ആശ്രമത്തിലെ ഇന്നുവരെയുള്ള എന്റെ അനുഭവങ്ങൾ എന്നെ പഠിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. പൊതുവേ പുരുഷന്മാർക്കും സ്ത്രീകൾക്കും ഒന്നുപോലെ ഇതിൽനിന്നു ഗുണം സിദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ട്. പക്ഷേ, എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ സ്ത്രീകൾക്കാണു ഏററവും കൂടുതൽ സിദ്ധിച്ചിട്ടുള്ളതു്. ഞങ്ങളിൽ ചിലർ വീണുപോയിട്ടുണ്ട്. ചിലർ ഒരു വീഴ്ച അനുഭവിച്ചുശേഷം എഴുന്നേററിട്ടുണ്ട്. അത്തരം പരീക്ഷണങ്ങളിലെല്ലാം വീഴ്ചയുടെ സാദ്ധ്യത അനിവാര്യമാണ്. നൂറുശതമാനം വിജയമുള്ളിടത്തു അതൊരു പരീക്ഷണമല്ല; സർവ്വജ്ഞതയുടെ ഒരു സ്വഭാവവിശേഷമാണ്.

ചർച്ചയുടെ അവസാനം പരിഗണിക്കുന്നതിലേക്കു ഞാൻ കരുതിവച്ചിരുന്ന അതിപ്രധാനമായ ഒരു വസ്തുതയിലേക്കു ഞാൻ വരികയാണ്. 'ഒരുവൻ തന്റെ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ പട്ടിണിക്കിടുമ്പോൾ ആ ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെവിഷയങ്ങൾ അവനിൽനിന്നും അപ്രത്യക്ഷമാകുന്നു. പക്ഷേ അവയ്ക്കുവേണ്ടിയുള്ള ആഗ്രഹം മായുന്നില്ല. അവൻ ഏററവും പരമമായതിനെ (അതായതു് സത്യം അഥവാ ബ്രഹ്മം)

കണ്ടുകഴിയുമ്പോൾ ആഗ്രഹവും വിട്ടുമാറുന്നു,' എന്നിങ്ങനെ ഭഗവത് ഗീത (11–59)* പറയുന്നു. ഈ വസ്തുതയുടെ മുഴുവൻ സത്യവും അനുഭവസ്ഥനായ കൃഷ്ണൻ ഇവിടെ കാണിച്ചുതന്നിട്ടുണ്ട്. ഈശ്വരന്റെ അനുഗ്രഹവും, കൂടാതെ ഉപവാസവും, അത്തരം മററു നിഷ്ഠാരീതികളും നിഷ്ഫലങ്ങളാണ്. സത്യത്തിന്റെ അഥവാ ഈശ്വരന്റെ ദർശനം എന്താണ്? ശാരീരികമായ കണ്ണുകൊണ്ട് എന്തെങ്കിലും കാണുകയോ, ഒരിന്ദ്രജാലം ദർശിക്കുകയോ അല്ല. തന്റെ ഹൃദയത്തിൽ ഈശ്വരൻ വസിക്കുന്നുണ്ടെന്ന വസ്തുത സാക്ഷാൽക്കരിക്കുകയാണ് ഈശ്വരനെ കാണുക എന്നതിനർത്ഥം. ഈ ബോധം ആർജിക്കുന്നതുവരെ ആഗ്രഹം വിട്ടുമാറാതെ നിൽക്കുകയും, അതു് പ്രാപിക്കുന്നതോടെ അതു് മറയുകയും ചെയ്യും. ഈ ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടിയാണ് ഞങ്ങൾ ആശ്രമത്തിൽ നിഷ്ഠകൾ പാലിക്കുന്നതും, ആത്മീയമായ ശ്രമങ്ങളിൽ ഞങ്ങളെ സ്വയം വ്യാപരിപ്പിക്കുന്നതും. സ്ഥിരമായ പരിശ്രമത്തിന്റെ അവസാനഫലമാണ് സാക്ഷാത്കാരം. ഒരു കാമുകൻ തന്റെ എല്ലാം കാമുകിക്കുവേണ്ടി അർപ്പിക്കുന്നു. എന്നാൽ ക്ഷണികമായ സന്തോഷത്തിനുവേണ്ടി അതു് അർപ്പിക്കപ്പെടുന്നതുകൊണ്ട് അയാളുടെ ത്യാഗം ഫലപ്രദമല്ല. എന്നാൽ സത്യാന്വേഷണം, ഒരു കാമുകി ആവശ്യപ്പെടുന്നതിനെക്കാൾ കൂടുതൽ ഏകാഗ്രത ആവശ്യപ്പെടുന്നു. അന്വേഷണത്തിന്റെ അവസാനം അനിർവ്വചനീയമായ സന്തോഷം സത്യകാംക്ഷിക്കായി സംഭരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഒരു മനുഷ്യനായ കാമുകനു തുല്യമായെങ്കിലും ഏകാഗ്രതയുള്ളവർ നമ്മിൽ ഇന്നും വളരെ കുറച്ചേയുള്ളൂ. കാര്യത്തിന്റെ യാഥാർത്ഥ്യം ഇതായിരിക്കേ, സത്യാന്വേഷണം കഠിനമായ ഒരു പ്രവർത്തിയാണെന്നു് പരാതിപ്പെടുന്നതിന്റെ പ്രയോജനമെന്താണ്? ഒരു കാമുകി അനേകായിരം മൈൽ അകലത്തായിരിക്കാം. ഈശ്വരൻ, നഖം വിരലിനോടടുത്തിരിക്കുന്നതിനേക്കാൾ ഏറെ അടുത്തു്, മനുഷ്യഹൃദയമാകുന്ന ക്ഷേത്രത്തിനുള്ളിൽ വസിക്കുന്നു. പക്ഷേ, യഥാർത്ഥത്തിൽ തന്റെ സ്വന്തം കാലുകളുടെ അടിയിൽ മൂടിക്കിടക്കുന്ന നിക്ഷേപം അന്വേഷിച്ച് വിശാലമായ ലോകം മുഴുവൻ ചുററിത്തിരിയുന്ന ഒരാളിനോട് എന്തുചെയ്യാനാണ്?

സ്വയം നിയന്ത്രിക്കുന്ന ഒരുവൻ അനുഷ്ഠിക്കുന്ന ബ്രഹ്മചര്യം നിന്ദിക്കപ്പെടേണ്ട ഒന്നല്ല. സുഖഭോഗങ്ങൾക്കായുള്ള ആത്തിയുടെ കാഠിന്യം കുറയ്ക്കുന്നതിനു് അതു തീർച്ചയായും സഹായിക്കും. കായികപീഡനങ്ങൾക്കായി ഒരുവൻ ഉപവാസമോ, മററു വിവിധ തരത്തിലുള്ള മാർഗങ്ങളോ സ്വീകരിച്ച് അനുഷ്ഠിച്ചേക്കാം. എന്നാൽ ഇന്ദ്രിയവിഷയങ്ങൾ തിരോധാനം ചെയ്യാൻ നിർബന്ധിക്കതന്നെ വേണം. ഈ പദ്ധതി തുടർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ, ആത്തി

*''വിഷയാ വിനിവർത്തന്തേ നിരാഹാരസ്യ ദേഹിനഃ
രസവർജ്ജം; രസോപ്യസ്യ പരം ദൃഷ്ട്വാ നിവർത്തതേ''

വിട്ടുമാറാൻ തയ്യാറായിക്കൊള്ളും. അപ്പോഴും സത്യാന്വേഷകന് സുന്ദരമായ ദർശനം ഉണ്ടാകും. ആർത്തിയുടെ അവസാനമായ വിടവാങ്ങലിന്റെ സൂചനയാണിത്. നഷ്ടപ്പെട്ടതായി തോന്നിച്ച നിക്ഷേപം തിരികെ ലഭിക്കും. തന്റെ ശ്രമത്തിൽ തന്റെ ശക്തി മുഴുവൻ ഉപയോഗിക്കാതിരുന്നവന് 'ബ്രഹ്മ'ത്തെ താൻ കണ്ടില്ലെന്ന് ആവലാതിപ്പെടാൻ യാതൊരവകാശവുമില്ല. ബ്രഹ്മത്തെ കണ്ടെത്തുക എന്ന ഉദ്ദേശ്യത്തിന്റെ സിദ്ധിക്കായുള്ള ഉപാധികളിൽ ഒന്നാണ് ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കുക എന്നത്. ബ്രഹ്മചര്യം കൂടാതെ അവനെ കണ്ടെത്തുമെന്ന് ഒരാളും പ്രതീക്ഷിക്കേണ്ടതില്ല. ബ്രഹ്മത്തെ കണ്ടെത്താതെ ബ്രഹ്മചര്യം അതിന്റെ പരിപൂർണതയിൽ അനുഷ്ഠിക്കാൻ ഒരുവനു സാദ്ധ്യവുമല്ല....അതുകൊണ്ട് ആ കാവ്യഭാഗം സ്വന്തമായ അച്ചടക്കത്തെ ഒഴിവാക്കുകയല്ല, അതിന്റെ പരിമിതികളെ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുക മാത്രമാണ് ചെയ്യുന്നത്.

2. ആ പദത്തിന്റെ ശരിയായ അർത്ഥം

42

വേണ്ടവണ്ണവും പൂർണമായും മനസ്സിലാക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള ബ്രഹ്മചര്യത്തിനർത്ഥം, ബ്രഹ്മത്തിന്റെ അന്വേഷണമെന്നാണ്. നമ്മിലെല്ലാം ബ്രഹ്മം അധിവസിക്കുന്നതുകൊണ്ട് ധ്യാനത്തിന്റെയും അതേത്തുടർന്നുള്ള പരിജ്ഞാനത്തിന്റെയും സഹായത്തോടെ നമ്മുടെ ഉള്ളിൽ അതിനുവേണ്ടി അന്വേഷിക്കണം. എല്ലാ ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെയും പൂർണ്ണമായ നിയന്ത്രണം കൂടാതെ സാക്ഷാത്കരണം അസാദ്ധ്യമാണ് അതുകൊണ്ട് വിചാരത്തിലും. വാക്കിലും, പ്രവൃത്തിയിലും എല്ലാ സമയത്തും എല്ലായിടത്തും എല്ലാ ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടേയും നിയന്ത്രണമാണ് ബ്രഹ്മചര്യം അർത്ഥമാക്കുന്നത്.

43

....ഈശ്വരനുമായി ഒരുവനെ ബന്ധപ്പെടുത്തുന്ന പെരുമാററമായി അതിന്റെ മൂലാർത്ഥത്തെ കല്പിക്കാം.

എല്ലാ ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെയും മേലുള്ള പരിപൂർണനിയന്ത്രണമാണ് ഈ പെരുമാററം ഉൾക്കൊള്ളുന്നത്. ഇതാണ് ആ പദത്തിന്റെ യഥാർത്ഥവും, സന്ദർഭാനുസരണവുമായ അർത്ഥം.

ജനനേന്ദ്രിയത്തിന്റെമേലുള്ള വെറും ശാരീരികമായ നിയന്ത്രണം എന്ന അർത്ഥം മാത്രമാണ് സാധാരണമായി ഇതിനു സിദ്ധിച്ചിട്ടുള്ളത്. ഈ ഇടുങ്ങിയ അർത്ഥം ബ്രഹ്മചര്യത്തെ അധഃപതിപ്പിക്കയും, അതിന്റെ അനുഷ്ഠാനത്തെ അസാദ്ധ്യമാക്കിത്തീർക്കുകയും ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. എല്ലാ ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെമേലും ആവശ്യമായ നിയന്ത്രണം കൂടാതെ. ജനനേന്ദ്രിയത്തിന്റെ നിയന്ത്രണം അസാ

42. നവജീവൻ, 25-5-'24 (Self-restraint V. Self-indulgence p. 61)
43. ഹരിജൻ, 13-6-1936 (Self-restraint V. Self-indulgence p. 125)

ധ്യമാണ്. അവ പരസ്പരം ബന്ധപ്പെട്ടതാണ്. മനസ്സിനെ ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെ കൂട്ടത്തിൽ താഴ്ന്നതലത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. മനസ്സിന്റെ നിയന്ത്രണം കൂടാതെ വെറും ശാരീരികമായ നിയന്ത്രണം കുറെ നാളത്തേക്ക നേടാൻ കഴിഞ്ഞേക്കാമെങ്കിലും, അതു തുച്ഛമായ ഉപയോഗമുള്ളതോ ഒട്ടുംതന്നെ ഉപയോഗമില്ലാത്തതോ ആയിരിക്കും.

44

ബ്റഹ്മചര്യംകൊണ്ട് കേവലം ശാരീരികനിയന്ത്രണമല്ല ഉദ്ദേശിക്കുന്നതു്. അതിന് അതിലും കൂടുതൽ അർത്ഥമുണ്ട്. എല്ലാ ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെയും മേലുള്ള പരിപൂർണമായ നിയന്ത്രണമാണതുകൊണ്ടുദ്ദേശിക്കുന്നതു്. ആ നിലയ്ക്കു്, അശുദ്ധമായ ഒരു വിചാരം ബ്റഹ്മചര്യലംഘനമാണ്. ദേഷ്യവും, അതുപോലെതന്നെ. ജീവന്റെ സൃഷ്ടിക്ക് ഉത്തരവാദിത്വമുള്ള ചൈതന്യത്തിന്റെ പരിപാലനത്തിലും, ശുദ്ധീകരണത്തിലും നിന്നാണ് എല്ലാ ശക്തിയും ഉണ്ടാകുന്നതു്. ഈ ചൈതന്യം ക്ഷയിപ്പിക്കുന്നതിനു പകരം സംരക്ഷിക്കുമെങ്കിൽ, ഉയർന്നനിലവാരത്തിലുള്ള സർഗശക്തിയായി അതിനെ രൂപപ്പെടുത്താം. ഈ ചൈതന്യം തുടർച്ചയായും, അബോധമായും പാപത്താൽ ക്ഷയിക്കുകയോ, അനാവശ്യചിന്തകളാൽ ചിതറുകയോ ചെയ്യാം. എല്ലാ വാക്കിന്റെയും പ്രവൃത്തിയുടെയും മൂലം ചിന്തയായതുകൊണ്ടു പ്രവൃത്തിയുടെ ഗുണം വാക്കിന്റെ ഗുണത്തിന് അനുരൂപമായിരിക്കും. അതുകൊണ്ടു പൂർണമായി നിയന്ത്രിക്കപ്പെട്ട ചിന്ത ഏററവും ഉഗ്രതയേറിയ ശക്തിയും, സ്വയം പ്രവർത്തനസാദ്ധ്യതയും ഉള്ളതാണ്. ഹൃദയത്തിന്റെ നിശ്ശബ്ദമായ പ്രാർത്ഥനയുടെ അർത്ഥം അതാണെന്ന് എനിക്ക തോന്നുന്നു. മനുഷ്യൻ ഈശ്വരന്റെ രൂപത്തോടു സാദൃശ്യമുള്ളവനാണെങ്കിൽ, അവന് അനുവദിച്ചിരിക്കുന്ന പരിമിതമായ പരിധിക്കുള്ളിൽ ഒരു കാര്യം ആഗ്രഹിച്ചാൽ മാത്രം മതി, അതു് അങ്ങനെ ആയിത്തീരും. ചോർച്ചയുള്ള ഒരു കുഴലിൽ സൂക്ഷിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന ആവി ശക്തി നൽകാത്തതുപോലെ, തന്റെ ശേഷി ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ ക്ഷയിപ്പിക്കുന്ന ഒരുവനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഇത്തരം ശക്തി അസാദ്ധ്യമാണ്. ബോധപൂർവമായ ഉത്പാദനോദ്ദേശത്തിൽനിന്നും വേർപെട്ട ലൈംഗികപ്രവർത്തനം പൂർവ്യയത്തിന്റെ ദൃഷ്ടാന്തപരവും നീചവുമായ രൂപമാണ്. അതുകൊണ്ട് അതു പ്രത്യേകിച്ചും, ശരിക്കും അധിക്ഷേപാർഹമാണ്.

44. ഹരിജൻ,23–7–'38 (Self-restraint V- Self–Indulgence. p. 163)

3. വൈഷമ്യങ്ങളെ എങ്ങനെ തരണം ചെയ്യാം?

45

കുററമററ ബ്രഹ്മചാരികാം, പുരുഷന്മാരോ സ്ത്രീകളോ ആകട്ടെ, പരിപൂർണമായും പാപമില്ലാത്തവരാണ്. അതുകൊണ്ട് അവർ ഈശ്വരനോട് അടുത്താണ്; അവർ ഈശ്വരനെപ്പോലെയാണ്.

ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ അത്തരം പരിപൂർണാനുഷ്ഠാനങ്ങൾ സാദ്ധ്യമാണെന്നുള്ളതിൽ എനിക്കു സംശയമില്ല. ആ വഴിക്കുള്ള എന്റെ പ്രയത്നം അവസാനമില്ലാത്തതാണെങ്കിലും, ഈ ജീവിതത്തിൽ തന്നെ അതു നേടുവാൻ കഴിയുമെന്നുള്ള പ്രത്യാശ ഞാൻ കൈവെടിഞ്ഞിട്ടില്ലെങ്കിലും, അത്തരം പരിപൂർണത എനിക്കു നേടാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടില്ലെന്നു പറയേണ്ടിവരുന്നതിൽ എനിക്കു ഖേദമുണ്ട്.

അത്ഭുതകരമായ ഈ അവസ്ഥ പ്രാപിക്കുന്നതിനു വാസ്തവത്തിൽ പ്രയാസമുണ്ട്. അല്ലെങ്കിൽ ഞാൻ ഇതിനകം അതു പ്രാപിക്കുമായിരുന്നു. കാരണം, ആ ഉദ്ദേശ്യസിദ്ധിയിലേക്കു നയിക്കുന്ന ഏതൊരു മാർഗം സ്വീകരിക്കുന്നതിലും ഞാൻ അശ്രദ്ധനായിരുന്നിട്ടില്ല. എന്റെ ലക്ഷ്യത്തിൽനിന്നും എന്നെ അകററുന്ന ബാഹ്യമായ ഒരു വസ്തുവുമില്ല. എന്നാൽ കഴിഞ്ഞ പ്രവൃത്തികളുടെ സ്മരണ തുടച്ചുകളയുന്നതിനുള്ള ശക്തി നമുക്കത്ര എളുപ്പം നൽകപ്പെട്ടിട്ടില്ല. ഈ കാലതാമസംകൊണ്ടുപോലും ഞാൻ നിരാശനല്ല. കാരണം, പാപത്തിൽനിന്നുമുള്ള പൂർണമായ സ്വാതന്ത്ര്യാവസ്ഥ എനിക്കു വിഭാവന ചെയ്യാൻ സാധിക്കും. ഞാൻ നേടിയ പുരോഗതി നിരാശയുടേതല്ല. പ്രത്യാശയുടേതാണ് ഇടനൽകുന്നത്. എന്റെ ആഗ്രഹം നിറവേറാതെ ഞാൻ മരിച്ചുപോയാൽപോലും ഞാൻ പരാജിതനായി എന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കയില്ല. കാരണം, ഈ ജീവിതത്തിൽ ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നതുപോലെ ഒരു ഭാവിജീവിതത്തിലും ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടു പരിശ്രമത്തിന്റെ ഏററവും ചെറിയ അംശംപോലും വ്യർത്ഥമാകുന്നില്ലെന്നു ഞാനറിയുന്നു. എന്റെ ലേഖകന്മാർക്കും മററുള്ളവർക്കുംപ്രോത്സാഹനം തോന്നുന്നതിനും,അവരിൽ ആത്മവിശ്വാസം വളർത്തുന്നതിനും വേണ്ടിയാണ് ആത്മകഥാപരമായ ഈ ഈ വിവരങ്ങളിലേക്കു ഞാൻ കടന്നത്, നമ്മളിൽ എല്ലാം ആത്മാവ് എന്നത് ഒന്നുതന്നെയാണ്. എല്ലാ ആത്മാക്കളെ തുല്യമായ ശക്തി സ്വായത്തമാക്കിയിട്ടുണ്ട്. ചിലർ അവരുടെ ശക്തി വളർത്തിയിട്ടുണ്ടെന്നും, മററുചിലർ സുപ്താവസ്ഥയിൽ അതു സൂക്ഷിച്ചിട്ടുണ്ടെന്നുമാത്രം. ഈ ഒടുവിൽ പറഞ്ഞവർക്കും, അവർ ശ്രമിക്കയാണെങ്കിൽ, തുല്യമായ അനുഭവം ഉണ്ടാകും.

---

45. നവജീവൻ, 25–5–1924 (Self-restraint V. Self-indulgence, p.62)

46

ഒരു പൂർണബ്രഹ്മചാരിയല്ലാതിരിക്കെ അങ്ങനെയാണെന്നും ഞാൻ അവകാശപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ അതു ലോകത്തോടു ചെയ്യുന്ന വലുതായ ഉപദ്രവമായിരിക്കും. കാരണം, അതു ബ്രഹ്മചാരിയെ കളങ്കപ്പെടുത്തുകയും, സത്യത്തിന്റെ തിളക്കത്തെ മങ്ങിപ്പിക്കയും ചെയ്യും. കപട നാട്യത്താൽ ഞാൻ ബ്രഹ്മചര്യത്തെ തരംതാഴ്ത്താൻ എങ്ങനെ ധൈര്യപ്പെടും? ഞാൻ ഒരു തികഞ്ഞ ബ്രഹ്മചാരിയല്ലാത്തതുകൊണ്ട്, ബ്രഹ്മചര്യാനുഷ്ഠാനത്തിനു ഞാൻ നിർദ്ദേശിക്കുന്ന മാർഗങ്ങൾ പര്യാപ്തവും, തികച്ചും ഫലപ്രദവും അല്ലെന്ന് ഇന്നു ഞാൻ മനസ്സിലാക്കുന്നു. ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ രാജപാത കാണിച്ചുകൊടുക്കുവാൻ എനിക്കു കഴിവില്ലാത്ത സ്ഥിതിക്ക്, ഞാൻ പരിപൂർണനായ ഒരു ബ്രഹ്മചാരിയാണെന്ന് ആളുകൾ വിശ്വസിക്കാൻ ഇടയാക്കുന്നതു ഭയങ്കരമായ ഒരു സംഗതിയാണ്.

ഞാനൊരു യഥാർത്ഥ അന്വേഷകനാണെന്നും, ഞാൻ പൂർണമായും ഉണർവുള്ളവനാണെന്നും, എന്റെ പരിശ്രമം അവസാനമില്ലാത്തതും ഒന്നിനും വഴങ്ങാത്തതും ആണെന്നും ലോകത്തിന് അറിഞ്ഞാൽ പോരേ? എന്തുകൊണ്ട് ഈ അറിവു മററുള്ളവക്കു മതിയായ പ്രോത്സാഹനമായിത്തീരുന്നില്ല? തെററായ അടിസ്ഥാനങ്ങളിൽനിന്നും നിഗമനങ്ങളിലെത്തിച്ചേരുന്നതു തെററാണ്. നേടിയ വസ്തുതകളിൽനിന്നും അവയെ സ്വീകരിക്കയാണ് ഏററവും ബുദ്ധിപൂർവമായതു്.

എന്നെപോലുള്ള ഒരാൾക്കു് അശുദ്ധമായ ചിന്തകളിൽനിന്നു രക്ഷപ്പെടാൻ കഴികയില്ലെങ്കിൽ ശേഷിച്ചവർക്കു യാതൊരു പ്രതീക്ഷയ്ക്കും വകയില്ലെന്ന് എന്തിനു വാദിക്കുന്നു? ഒരിക്കൽ കാമത്തിനു വിധേയനായിരുന്ന ഒരു ഗാന്ധിക്ക് ഇന്ന് അയാളുടെ ഭാര്യയുടെ സ്നേഹിതനും, സഹോദരനുമായി ജീവിക്കാൻ കഴിയുമെങ്കിൽ, ഏററവും സുന്ദരിയായ ഒരു സ്ത്രീയെ തന്റെ സഹോദരിയോ മകളോ ആയി നോക്കാൻ കഴിയുമെങ്കിൽ, ഏററവും അധഃപതിച്ചവർക്കും, നഷ്ടപ്പെട്ടവർക്കും ആശയ്ക്കു വഴിയുണ്ടു്, എന്ന് എന്തുകൊണ്ടു വാദിച്ചുകൂടാ? കാമവികാരത്താൽ നിറയപ്പെട്ടിരുന്ന ഒരുവനോട് ഈശ്വരൻ കരുണകാണിച്ചെങ്കിൽ, തീർച്ചയായും ബാക്കി എല്ലാവക്കും അദ്ദേഹത്തിന്റെ കരുണ ലഭിക്കും.

സത്യം, ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ നിഷ്ഠ, ഇത്തരം ശാശ്വതമായ തത്വങ്ങൾതുടങ്ങിയവ എന്നെപ്പോലെ അപൂർണരായവരെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നില്ല അവയുടെ പൂർണതയിൽ ജീവിക്കയും, അവയ്ക്കുവേണ്ടി യതിക്കയും ചെയ്യുന്ന അനേകരുടെ പ്രായശ്ചിത്തത്തിന്റെ സുനിശ്ചിതമായ അടിസ്ഥാനത്തിന്മേലാണ് അവ ഉറച്ചിരിക്കുന്നതു്.

---

46. യങ്ഇൻഡ്യ 25-2-1926 (Self-restraint V Self-indulgence, pp. 66—68)

അത്തരം പൂർണരായവരുടെ കൂടെ നിൽക്കാൻ തക്ക യോഗ്യത എനിക്കുണ്ടാകുമ്പോൾ, ഇന്നത്തേതിൽ കൂടുതലായി ദൃഢതയും ശക്തിയും എന്റെ ഭാഷയ്ക്കുണ്ടാകും. ചിന്തകൾ അലഞ്ഞുതിരിയാതിരിക്കയും, അശുദ്ധമായതു ചിന്തിക്കാതിരിക്കയും, സ്വപ്നങ്ങളറിയാത്ത നിദ്ര സാദ്ധ്യമാകയും, ഉറങ്ങുമ്പോൾപ്പോലും ഉണർന്നിരിക്കാൻ കഴികയും ചെയ്യുന്ന ഒരുവൻ യഥാർത്ഥത്തിൽ ആരോഗ്യവാനാണ്. അവൻ കൊയിനാ ഉപയോഗിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല. ദുഷിക്കപ്പെടാത്ത അവന്റെ രക്തത്തിന് എല്ലാ രോഗങ്ങളേയും ചെറുക്കുന്നതിനുള്ള സഹജമായ ഗുണമുണ്ടായിരിക്കും. ശരീരത്തിന്റെയും, മനസ്സിന്റെയും, ആത്മാവിന്റെയും ഒരു പൂർണാരോഗ്യമുള്ള അവസ്ഥയ്ക്കായിട്ടാണു ഞാൻ യത്നിക്കുന്നത്. ഇതു പരാജയമോ, തോൽവിയോ അറിയുന്നില്ല....എന്റെ ബലഹീനതയേയും, കാമത്തോടുള്ള താത്പര്യത്തേയും വകവയ്ക്കാതെ, എന്റെ അവസാനമില്ലാത്ത യത്നവും, ഈശ്വരാനുഗ്രഹത്തിലുള്ള അനന്തമായ വിശ്വാസവുംകൊണ്ടാണ് എന്റെ നേട്ടങ്ങളെല്ലാം സാധിച്ചത്.

അതുകൊണ്ട് ആരും നിരാശരാകേണ്ട. എന്റെ മഹാത്മാപദം ഉപയോഗശൂന്യമാണ്. അതു് എന്റെ പുറമെയുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾകൊണ്ടും, എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഏററവും നിസ്സാരഭാഗമായ രാഷ്ട്രമീമാംസകൊണ്ടും കിട്ടിയതാണ്. അതുകൊണ്ട് അതു ക്ഷണികമാണ്. അനശ്വരമായ യോഗ്യതയുള്ളതു് എന്റെ യഥാർത്ഥഭാഗമായ സത്യത്തിലും, അഹിംസയിലും, ബ്രഹ്മചര്യത്തിലുമുള്ള എന്റെ നിഷ്ഠയാണ്. എന്റെ ആ ശാശ്വതമായ ഭാഗം എത്രമാത്രം ചെറുതായാലും അവഹേളിക്കപ്പെടേണ്ടതല്ല. അതു് എന്റെ എല്ലാമാണ്. പരാജയങ്ങളും നിരാശകളുംപോലും വിജയത്തിലേക്കുള്ള പടികളായി ഞാൻ വിലമതിക്കുന്നു.

47

അത്തരം ബ്രഹ്മചാരികളിൽ അനേകരുടെയോ, അല്ലെങ്കിൽ ഒരാളുടെ പോലുമോ ജീവനുള്ള മാതൃകയുടെ അഭാവത്തിൽ വായനക്കാരൻ ചഞ്ചലപ്പെടാതിരിക്കട്ടെ. നാം ഇന്നു നമുക്കു ചുററും കാണുന്ന ബ്രഹ്മചാരികൾ വെറും അപൂർണരൂപങ്ങളാണ്. മനസ്സിന്റെയല്ല ശരീരത്തിന്റെ നിയന്ത്രണം നേടിയിട്ടുള്ളവരാണവർ. അവർ പരീക്ഷണങ്ങളെ അതിജീവിക്കാൻ ശക്തരായിത്തീർന്നിട്ടില്ല. ഇതു ബ്രഹ്മചര്യം നേടാൻ പ്രയാസമുള്ളതുകൊണ്ടല്ല. സാമൂഹ്യസാഹചര്യങ്ങൾ അവക്കെതിരായിട്ടാണ്. സത്യസന്ധമായ യത്നം ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നവരിൽ ഭൂരിഭാഗവും മൃഗീയവികാരത്തെ, അവരവർതന്നെ അറിയാതെ, മറെറല്ലാ വികാരങ്ങളിൽനിന്നും ഒററപ്പെടുത്തുകയാണു ചെയ്യുന്നത്. എന്നാൽ ആ യത്നം വിജയകരമാകണമെ

47. ഹരിജൻ, 21–3–1936(Self-restraint V. Self-indulgence, p. 103)

കിൽ അതു മനുഷ്യനെ ഇരയാക്കുന്ന എല്ലാ വികാരങ്ങളേയും ഉൾക്കൊള്ളുന്ന വിധത്തിലായിരിക്കണം. ഒരു സാധാരണ സ്ത്രീക്കോ പുരുഷനോ ബ്രഹ്മചര്യം നേടാൻ അസാദ്ധ്യമല്ലെങ്കിലും, ഏതെങ്കിലും ഒരു ശാസ്ത്രത്തിൽ പൂർണവൈദഗ്ദ്ധ്യം നേടണമെന്നു നിർബന്ധമുള്ള ഒരു സാധാരണവിദ്യാർത്ഥിക്കു് ആവശ്യമുള്ളതിനേക്കാൾ കുറവു പ്രയത്നം മതി അതിനെന്നു കരുതരുതു്. ഇവിടെ ഉദ്ദേശിച്ചിരിക്കുന്ന അർത്ഥത്തിൽ, ബ്രഹ്മചര്യം സാധിക്കുക എന്നതിനു ജീവിതശാസ്ത്രം പൂർണമായും സ്വാധീനമാക്കുക എന്നർത്ഥമാണു്.

4. *രസനയുടെ നിയന്ത്രണം*

48

രസനേന്ദ്രിയത്തിന്മേലുള്ള നിയന്ത്രണം നേടിയിരിക്കണം. രുചിയെ അധീനപ്പെടുത്തിയിട്ടില്ലാത്തവനു്, മൃഗീയവികാരവും നിയന്ത്രിക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ലെന്നാണു് എന്റെ അനുഭവം. രസനയെ വിധേയമാക്കുന്നതു് എളുപ്പമുള്ള പ്രവൃത്തിയല്ല. എന്നാൽ വികാരത്തിന്റെമേലുള്ള വിജയവും രസനയുടെമേലുള്ള വിജയവും പരസ്പരം ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. സ്വാദിനെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനുള്ള ഒരു മാർഗം മസാലകളും വ്യഞ്ജനങ്ങളും പൂർണമായോ, കഴിയുന്നിടത്തോളമോ ഉപേക്ഷിക്കയാണു്. കുറെക്കൂടി ഫലപ്രദമായ വേറൊരു മാർഗം, സ്വാദിനുവേണ്ടിയല്ല. ശരീരത്തെ നിലനിർത്തുന്നതിനുവേണ്ടിമാത്രമാണു നാം ആഹാരം കഴിക്കുന്നതെന്ന ചിന്ത എപ്പോഴും വളർത്തുക എന്നതാണു്. നാം സ്വാദിനുവേണ്ടിയല്ല, ജീവിക്കാൻവേണ്ടിയാണു വായു ശ്വസിക്കുന്നതു്. ദാഹം ശമിപ്പിക്കാൻ നാം വെള്ളം കുടിക്കുന്നതുപോലെതന്നെ വിശപ്പു ശമിപ്പിക്കാൻമാത്രം ആഹാരം കഴിക്കണം. എന്നാൽ, നിർഭാഗ്യവശാൽ, മാതാപിതാക്കന്മാർ ചെറുപ്പത്തിലേ ഇതിനു വിപരീതമായ ഒരു സ്വഭാവം നമ്മിൽ ഉണ്ടാക്കിവെയ്ക്കുന്നു. നമ്മുടെ നിലനില്പിനുവേണ്ടിയല്ല, അസ്ഥാനത്തുള്ള വാത്സല്യം നിമിത്തം, എല്ലാത്തരം സ്വാദുള്ള പദാർത്ഥങ്ങളും തന്നു് അവർ നമ്മെ ദുഷിപ്പിക്കുന്നു. പ്രതികൂലമായ ഈ കുടുംബാന്തരീക്ഷത്തിനെതിരായി നമുക്കു പോരാടേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

49

സാധാരണമായി മനസ്സിലാക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന രീതിയിലുള്ള ബ്രഹ്മചര്യാനുഷ്ഠാനംപോലും കഠിനമായ ഒരു പ്രവൃത്തിയായി ശാസ്ത്രങ്ങളിൽ വിവരിച്ചിരിക്കുന്നു. പൊതുവേ ഇതു ശരിയാണു്. എന്നാൽ ഇതിന്റെ മറുവശം വ്യക്തമാക്കുന്ന ചില അഭിപ്രായങ്ങളും പ്രകടിപ്പിക്കാൻ എന്നെ അനുവദിക്കണം. മററു ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണു ബ്രഹ്മചര്യം പ്രയാസമുള്ളതായി അനുഭവ

48. നവജീവൻ, 20–5–'24 (Self-restraint V. Self-indulgence, p. 63)
49. നവജീവൻ, 26–2–'25 (Self-restraint V. Self-indulgence, p.57)

പ്പെടുന്നതു്. മററു ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ നയിക്കുന്ന രസനേന്ദ്രിയത്തെത്തന്നെ ഉദാഹരണമായി എടുക്കാം. തന്റെ സ്വാദിനെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന ഒരുവനു ബ്രഹ്മചര്യം എളുപ്പത്തിൽ സാധിക്കും. താണതരം മൃഗങ്ങൾ; ഉദാഹരണമായി കന്നുകാലികൾ മനുഷ്യരേക്കാളേറെ ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കുന്നുണ്ടെന്നു ജന്തുശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ പറയുന്നു. ഇതു പരമാർത്ഥമാണു്. ഇതിന്റെ കാരണം, സ്വബോധത്താലല്ല, ജന്മവാസനമൂലം കന്നുകാലികൾക്കു രസനയുടെമേൽ പരിപൂർണ്ണനിയന്ത്രണമുണ്ടെന്നുള്ളതാണു്. അവ വെറും പുല്ലുവർഗം മാത്രം ഭക്ഷിക്കുന്നു—അതും പോഷണത്തിനു് അവശ്യം വേണ്ട അളവുമാത്രം, അവ ജീവിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി ഭക്ഷിക്കുന്നു; ഭക്ഷണത്തിനുവേണ്ടി ജീവിക്കുന്നില്ല. നമ്മുടെ കാര്യമാകട്ടെ നേരെ മറിച്ചാണു്.

5. *ചിന്തകളുടെ നിയന്ത്രണം*

50

ഉണർന്നിരിക്കുമ്പോൾ ഞാൻ കരുതലുള്ളവനായിരിക്കും. എന്റെ ശരീരത്തിന്മേൽ ഞാൻ നിയന്ത്രണം നേടിയിട്ടുണ്ടു്. സംസാരത്തിലും ഞാൻ ഏറെക്കുറെ നിയന്ത്രണമുള്ളവനാണു്, എന്നാൽ ചിന്തകളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം എനിക്കു ചെയ്യേണ്ടതായി ധാരാളം ഇനിയുമുണ്ടു്. ഒരു പ്രത്യേകവിഷയത്തിൽ എന്റെ ചിന്തകളെ ഗാഢമായി പതിപ്പിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുമ്പോൾ മററു ചിന്തകളും എന്നെ അസ്വസ്ഥനാക്കുന്നു. അങ്ങനെ അവ തമ്മിൽ ഒരു സംഘട്ടനമുണ്ടാകുന്നു. എന്നാൽ ഉണർന്നിരിക്കുന്ന സമയങ്ങളിൽ അവയുടെ സംഘട്ടനം തടയുവാൻ എനിക്കു കഴിയുന്നുണ്ടു്. അശുദ്ധമായ ചിന്തകളിൽനിന്നും സ്വതന്ത്രമായ ഒരവസ്ഥയിൽ ഞാൻ എത്തിച്ചേർന്നിട്ടുണ്ടെന്നു പറയാം; എന്നാൽ ഉറക്കത്തിലും അതിനു തുല്യമായ ഒരു ചിന്താനിയന്ത്രണം പരിശീലിക്കാൻ എനിക്കു സാദ്ധ്യമായിട്ടില്ല. ഉറക്കത്തിൽ എല്ലാത്തരം ചിന്തകളും എന്റെ മനസ്സിൽ കടന്നുകൂടുകയും, അപ്രതീക്ഷിതങ്ങളായ സ്വപ്നങ്ങൾ ഞാൻ കാണുകയും ചെയ്യുന്നു. മുൻപു് അനുഭവിച്ചിരുന്ന സന്തോഷങ്ങൾ ആസ്വദിക്കുവാനുള്ള ആഗ്രഹം ചിലപ്പോൾ ഉണ്ടാകാറുണ്ടു്. ഈ ആഗ്രഹങ്ങൾ അശുദ്ധമാകുമ്പോൾ ചീത്ത സ്വപ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകാറുണ്ടു്. ഈ അവസ്ഥ പാപപങ്കിലമായ ജീവിതത്തെ കുറിക്കുന്നു.

51

മനസ്സു ദുഷിച്ച ചിന്തകൾക്കു് എതിരായിരിക്കുന്നിടത്തോളം നിരാശനാകേണ്ട ഒരു കാര്യവുമില്ല. പാപം ചെയ്യുന്നുണ്ടെങ്കിൽ കണ്ണുകൾ അടയ്ക്കുകയും ചെവികൾ പൊത്തുകയും വേണം. മററു വഴി

---

50. നവജീവൻ, 25–5–24 (Self–restraint V. Self–indulgence, p 61)
51. നവജീവൻ, 25–5–'24 (Self–restraint V. Self–indulgence, p. 64)

കളിൽ അലയാൻ ഇട ലഭിക്കാത്തവണ്ണം കണ്ണുകൾ താഴെ നട്ട നട ക്കുന്നതു് ഒരു നല്ല പരിശീലനമാണു്. അശുദ്ധമായ സംസാരം നടക്കയോ അശുദ്ധമായ ഗാനങ്ങൾ പാടുകയോ ചെയ്യുന്നിടത്തുനി ന്നും ഒരുവൻ ഓടിപ്പോകേണ്ടതാണു്.

52

ചിന്തയിലും, വാക്കിലും, പ്രവൃത്തിയിലും നിയന്ത്രണം ഉണ്ടാ യിരിക്കണം. ചിന്ത നിയന്ത്രണാധീനമല്ലെങ്കിൽ മററു രണ്ടിനും യാതൊരു വിലയുമില്ല. 'ഹൃദയം ശുദ്ധമായ ഒരുവന്റെ വീട്ടിൽ, ഗംഗയിലെ വിശുദ്ധീകരിക്കുന്ന ജലം മുഴവൻ ഉണ്ടു്.' എന്നു ഹിന്ദു സ്ഥാനിയിൽ ഒരു ചൊല്ലുണ്ടു്. ചിന്ത നിയന്ത്രണാധീനമായ ഒരു വന്നു മററുള്ളതു വെറും ഒരു കുട്ടിക്കളിമാത്രമാണു്.

6. ഈശ്വരനിലുള്ള ആശ്രയം

53

രാമനാമമോ, അതുപോലുള്ള ഏതെങ്കിലും മന്ത്രമോ ആണു് മൃഗീയവികാരത്തെ കീഴടക്കുന്നതിനുള്ള നമ്മുടെ ഏററവും ശക്തിയുള്ള സഹായി. ദ്വാദശാക്ഷരമന്ത്രവും ഇതേ ഉദ്ദേശ്യസിദ്ധിക്കുതകും. ഇ ഷ്ടമുള്ള ഏതു മന്ത്രവും ഒരാൾക്കു ചൊല്ലാം. ചെറുപ്പകാലംമുതല്ക്കേ ഞാൻ രാമനാമത്തോടു പരിചിതനായിരിക്കയും, എന്റെ പോരാട്ട ങ്ങളിലെല്ലാം അതു് എന്റെ ഉറച്ച താങ്ങായിരിക്കയും ചെയ്തു കൊണ്ടാണു ഞാൻ രാമനാമം നിർദ്ദേശിച്ചതു്. തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന ഏതൊരു മന്ത്രത്തിലും ഒരുവൻ പരിപൂർണമായും ലയിച്ചിരിക്ക ണം. ജപത്തിനിടയിൽ മററു ചിന്തകൾ അലട്ടുമെങ്കിൽ അതു സാ രമാക്കേണ്ടതില്ല. വിശ്വാസത്തോടെ ജപം തുടർന്നുകൊണ്ടുപോകു ന്നവൻ അവസാനം വിജയിക്കുമെന്നു് എനിക്കു വിശ്വാസമുണ്ടു്. മന്ത്രം ഒരുവന്റെ ജീവിതത്തിലെ താങ്ങും, എല്ലാ പരീക്ഷകളിലൂ ടെയും അവനെ വിജയപൂർവം നയിക്കുന്ന ശക്തിയും ആയിത്തീരും. അത്തരം വിശുദ്ധമായ മന്ത്രങ്ങളിൽനിന്നും ലൗകികമായ ആദായം ഒരാൾ പ്രതീക്ഷിക്കരുതു്. വ്യക്തിപരമായ വിശുദ്ധിയുടെ കാവൽ ക്കാരെന്ന നിലയിലാണു് ഈ മന്ത്രങ്ങളുടെ സ്വതസിദ്ധമായ ശക്തി പ്രകടമാകുന്നതു്. ജാഗ്രതയുള്ള എല്ലാ അന്വേഷകരും ഇതു ടനെ മനസ്സിലാക്കും. തത്ത ചൊല്ലുന്നതുപോലെ ആവർത്തിക്കാ നുള്ളതല്ല ഈ മന്ത്രങ്ങളെന്നു് ഏതായാലും ഓർത്തിരിക്കണം. ഒരു വൻ തന്റെ ആത്മാവിനെ അതിൽ ആമഗ്നമാക്കണം. ഒരു തത്ത അത്തരം മന്ത്രങ്ങൾ യാന്ത്രികമായി ആവർത്തിക്കും. അനുഭില

52. ഹരിജൻ, 8–6–'47 (Self-restraint V.Self-indulgence, p. 179)
53. നവജീവൻ, 25–5–1924 (Self-restraint V. Self-indulgence, p.63)

ഷണീയ ചിന്തകളെ ആട്ടിയോടിക്കാമെന്ന പ്രതീക്ഷയോടും, അങ്ങനെ ചെയ്യുന്നതിൽ നമ്മെ സഹായിക്കാവുന്ന മന്ത്രങ്ങളുടെ ശക്തിയിലുള്ള പൂർണവിശ്വാസത്തോടുംകൂടി ബോധപൂർവം നാം അവ ഉരുവിടണം.

54

ഈ നിയന്ത്രണം ഈശ്വരാനുഗ്രഹംകൂടാതെ സാദ്ധ്യമല്ല. ഗീതയുടെ രണ്ടാമത്തെ അദ്ധ്യായത്തിൽ ഇങ്ങനൊരു പദ്യമുണ്ട്. അതു സ്വതന്ത്രമായി വിവർത്തനംചെയ്താൽ ഇങ്ങനെയിരിക്കും. 'ഒരുവൻ ഉപവസിക്കയോ, അല്ലെങ്കിൽ ഒരു പ്രത്യേക ഇന്ദ്രിയം പോഷിപ്പിക്കപ്പെടാതിരിക്കയോ ചെയ്യുമ്പോൾ ഇന്ദ്രിയപ്രവർത്തനം നിർവ്യാപാരാവസ്ഥയിലായിരിക്കും, എന്നാൽ, ഈശ്വരനെ മുഖാമുഖമായി കണ്ടുകഴിഞ്ഞാലല്ലാതെ, ആഗ്രഹം അവസാനിക്കയില്ല.' ഈ നിയന്ത്രണം യാന്ത്രികമോ, താത്കാലികമോ അല്ല. ഒരിക്കൽ നേടിക്കഴിഞ്ഞാൽ, പിന്നെ അതൊരിക്കലും നഷ്ടമാകയില്ല. ആ അവസ്ഥയിൽ പ്രധാനമായ ശക്തി, അനവധി ചാലുകളിൽക്കൂടി നഷ്ടപ്പെടുന്നതിനുള്ള അവസരമില്ലാതെ, സംഭരിക്കപ്പെടുന്നു.

7. ബ്രഹ്മചാരികളും ഇതര വർഗവും

55

ഏതൊരു സാഹചര്യത്തിലായാലും, ഒരു സ്ത്രീയെ, സ്വന്തം സഹോദരിയെപ്പോലും, സ്പർശിക്കാൻ പാടില്ല എന്നല്ല ബ്രഹ്മചര്യത്തിനു് അർത്ഥം. എന്നാൽ അത്തരം അടുപ്പത്തിൽ, ഒരു കടലാസ്സുകഷണം സ്പർശിക്കുമ്പോളെന്നപോലെ, ശാന്തവും, അചഞ്ചലവും ആയ ഒരവസ്ഥയിലായിരിക്കണം ഒരുവന്റെ മനസ്സ്, എന്നാണർത്ഥം. രോഗിണിയായ തന്റെ സഹോദരിയെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നതിൽ വിസമ്മതം ഉള്ള ഒരുവന്റെ ബ്രഹ്മചര്യംകൊണ്ടു് യാതൊരു പ്രയോജനവുമില്ല. നിർജീവമായ ഒരു ശരീരത്തെ സ്പർശിക്കുന്നതുപോലെ ഭുവിലെ അതിസുന്ദരിയായ ഒരു സ്ത്രീയെ സ്പർശിക്കുമ്പോഴും അവൻ വികാരഹീനനായിരിക്കണം. നിങ്ങളുടെ കുട്ടികൾ ബ്രഹ്മചര്യം നേടണമെന്നു് നിങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെങ്കിൽ, അവരുടെ പഠനപദ്ധതി രൂപപ്പെടുത്തുന്നതിന്റെ ചുമതല നിങ്ങളിൽ ആയിരിക്കരുതു്. അപൂർണനാണെങ്കിലും, എന്നെപ്പോലുള്ള ഒരു ബ്രഹ്മചാരിയിലാണു് അതു നിക്ഷിപ്തമായിരിക്കേണ്ടതു്.

---

54. ഹരിജൻ, 23–7–'38 (Self–restraint V· Self–indulgence; p.163)
55. നവജീവൻ, 26–2–'25 (Self–restraint V. Self–indulgence, p.60)

ഒരു ബ്രഹ്മചാരി പ്രകൃത്യാ ഒരു സന്യാസിയാണ്. സന്യാസത്തേക്കാൾ ശ്രേഷ്ഠമാണ് ബ്രഹ്മചര്യാശ്രമം. എന്നാൽ നാം അതിനെ പരിപൂർണമായും തരംതാഴ്ത്തുകയുണ്ടായി. അതുകൊണ്ട് ഗൃഹസ്ഥാശ്രമവും വാനപ്രസ്ഥാശ്രമവും തരംതാഴ്ത്തപ്പെട്ടു. സന്യാസം അപ്രത്യക്ഷമാവുകയും ചെയ്തു. അതാണ് നമ്മുടെ പരിതാപകരമായ അവസ്ഥ.

56

ഒരു ബ്രഹ്മചാരി ഒരു സ്ത്രീയെ ഒരിക്കലും കാണരുത്—തൊടുകയോ, അത്രയുമരുത്—എന്നു പറയപ്പെടുന്നുണ്ട്. ഒരു ബ്രഹ്മചാരി കാമാതുരനായി ഒരു സ്ത്രീയെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കയോ, പറയുകയോ, അവളെ കാണുകയോ, തൊടുകയോ, ചെയ്തുകൂടാ എന്നതിൽ സംശയമില്ല. എന്നാൽ ബ്രഹ്മചര്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള പുസ്തകങ്ങളിൽ കാണുന്ന ഈ നിരോധനം, അതിപ്രധാനമായ ഒരു വിശേഷണം കൂടാതെയാണ് പ്രതിപാദിച്ചിരിക്കുന്നത്. അത്തരം കാര്യങ്ങളിൽ മനുഷ്യൻ പക്ഷഭേദമില്ലാത്ത ഒരു വിധികർത്താവല്ലെന്നും, അത്തരം ബന്ധത്താൽ എപ്പോഴാണു വികാരാധീനനാകുന്നതെന്നോ, ആകാതിരിക്കുന്നതെന്നോ പറയാൻ സാദ്ധ്യമല്ലെന്നും ഉള്ളതാണ് ഈ നിരോധനത്തിന്റെ കാരണമെന്നു തോന്നുന്നു. കാമദേവന്റെ സന്ദർശനങ്ങൾ പലപ്പോഴും ദൃഷ്ടിഗോചരമല്ലായിരിക്കും. മനുഷ്യരോടു സ്വതന്ത്രമായി ഇടപെടുന്നതുകൊണ്ട് ബ്രഹ്മചര്യാനുഷ്ഠാനം പ്രയാസമുള്ളതായിരിക്കാമെങ്കിലും, ലോകത്തിൽനിന്നു വിരമിച്ചുകൊണ്ടുമാത്രം അതു നേടുന്നതിൽ വലിയ അർത്ഥമൊന്നുമില്ല.

ഏതായാലും കഴിഞ്ഞ മുപ്പതുവർഷങ്ങളായി പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ മദ്ധ്യത്തിൽ ജീവിച്ചുകൊണ്ട് സാമാന്യം ഗണ്യമായ വിജയത്തോടുതന്നെ ഞാൻ ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഒരു ബ്രഹ്മചാരിയായി ജീവിക്കണമെന്നുള്ള തീരുമാനത്തിനുശേഷം, എന്റെ ഭാര്യയോടുള്ള പെരുമാററത്തിൽ ഒഴികെ എന്റെ പുറമേയുള്ള നടപടികളിൽ വലിയ വ്യത്യാസമൊന്നുമില്ലായിരുന്നു. ദക്ഷിണാഫ്രിക്കയിലെ എന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കിടയിൽ സ്ത്രീകളുമായി ഞാൻ സ്വതന്ത്രമായി ഇടപെട്ടിരുന്നു. ട്രാൻസ്വാളിലോ, നേററാളിലോ ഞാൻ അറിയാത്ത ഭാരതസ്ത്രീകൾ വളരെ വിരളമായിരുന്നു. അവർ എനിക്കു കുറെ സഹോദരിമാരും, പുത്രിമാരുമായിരുന്നു. എന്റെ ബ്രഹ്മചര്യം പുസ്തകങ്ങളിൽനിന്നും സ്വീകരിച്ചതല്ലായിരുന്നു. എന്റെയും എന്റെ ക്ഷണപ്രകാരം പരീക്ഷണത്തിൽ എന്റെകൂടെ ചേർന്നവരുടെയും മാർഗദർശനത്തിനായി ഞാൻതന്നെ ചട്ടങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കി. നിശ്ചയിക്കപ്പെട്ടിരുന്ന നിബ

56. ഹരിജൻ, 23-7-'33 (Self-restraint V. Self-indulgence, p. 194)

ധനകളെ ഞാൻ പിൻതുടർന്നില്ലെങ്കിൽ, സ്ത്രീയെ സകല തിന്മകളുടെയും പ്രലോഭനങ്ങളുടെയും കാരണമായി കല്പിച്ചുകൊണ്ടു് മതപരമായ പുസ്തകങ്ങളിൽപ്പോലും കണ്ടിരുന്ന വർണ്ണനകൾ ഞാൻ അത്രയും സ്വീകരിച്ചിരുന്നില്ല. എന്നിലുള്ള സകല നന്മകൾക്കും ഞാൻ എന്റെ അമ്മയോടു കടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതുമൂലം, ലൈംഗിക ആഗ്രഹത്തിന്റെ പൂർത്തീകരണത്തിനുള്ള ഒരു വസ്തുവായി ഞാൻ ഒരിക്കലും ഒരു സ്ത്രീയെ നോക്കിയിട്ടില്ല. പകരം എന്റെ സ്വന്തം അമ്മയോടുള്ള ബഹുമാനത്തോടുകൂടി മാത്രമേ നോക്കിയിട്ടുള്ളൂ. പുരുഷനാണു് പ്രലോഭകനും, ആക്രമിയും.

ഒരു സ്ത്രീ, അവൾ സ്പർശിക്കുന്ന ഒരു പുരുഷനെ അശുദ്ധമാക്കുന്നില്ല, എന്നാൽ അവളെ സ്പർശിക്കാൻപോലും പാടില്ലാത്തവണ്ണം അവൻ മിക്കപ്പോഴും അശുദ്ധനാണു്. ഒരു ബ്രഹ്മചാരിയോ, ബ്രഹ്മചാരിണിയോ മറുപക്ഷവുമായുള്ള ബന്ധത്തിൽ സ്വയം സ്വീകരിക്കേണ്ട പരിമിതികളുടെ സ്വഭാവത്തെക്കുറിച്ചുള്ള സംശയങ്ങൾ ഈയിടെ എന്നെ ബാധിക്കുകയുണ്ടായി. ഞാൻ പരിമിതികൾ നിർണയിച്ചിട്ടുണ്ടു്. പക്ഷേ, അവയെന്നെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുന്നില്ല. അവ എങ്ങനെയുള്ളതായിരിക്കണമെന്നു് എനിക്കറിഞ്ഞുകൂടാ. ഞാൻ പരീക്ഷണം നടത്തുകയാണു്. എന്റെ നിർവചനമനുസരിച്ചുള്ള പൂർണബ്രഹ്മചാരിയാണു ഞാനെന്നു് ഒരിക്കലും ഞാൻ അവകാശപ്പെട്ടിട്ടില്ല. അഹിംസാപരമായ ഗവേഷണങ്ങൾക്കു ആവശ്യമായ വിചാരനിയന്ത്രണം ഞാൻ നേടിയിട്ടില്ല. എന്റെ അഹിംസ വ്യാപ്തവും സാംക്രമികവും ആകണമെങ്കിൽ, എന്റെ ചിന്തകളുടെമേൽ കുറെക്കൂടി നിയന്ത്രണം ഞാൻ നേടിയിരിക്കണം.

8. രക്ഷാഭിത്തികൾ

57

ബ്രഹ്മചര്യത്തെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനു് എന്തു ഭിത്തികളാണു് ഉയർത്തേണ്ടതെന്നു നമുക്കു സ്വയം ചോദിക്കാം. ഉത്തരം വ്യക്തമാണെന്നു തോന്നും. ബ്രഹ്മചര്യം മാധുര്യമുള്ളതല്ല. കേൾക്കാൻ ഇമ്പമുള്ളതല്ല. ഈ പ്രസ്താവനയുടെ ഉദ്ദേശ്യം മനസ്സിലാക്കുന്നതിനു പ്രയാസമാണു്. അതിലേറെ ബുദ്ധിമുട്ടാണു് അപ്രകാരം പ്രവർത്തിക്കുന്നതു്.

പരിപൂർണമായ ബ്രഹ്മചര്യം നേടിയിട്ടുള്ള ഒരുവനു് രക്ഷാഭിത്തികളുടെ ആവശ്യമില്ലെന്നുള്ളതു വാസ്തവമാണു്. എന്നാൽ ഒരു ചെറിയ മാവിനു ചുററും ശക്തമായ വേലി ആവശ്യമായതുപോലെ ബ്രഹ്മചര്യാ കാംക്ഷിക്കു നിസ്സംശയം അവ ആവശ്യമാണു്. പരസഹായംകൂടാതെ നടക്കുവാൻ പഠിച്ച ഒരു പുരുഷനായി

---

57. ഹരിജൻ, 15—6—'47 (Self-restraint V. Self-indulgence. pp.181—183)

ത്തീരുന്നതുവരെ ഒരു കുട്ടി തന്റെ അമ്മയുടെ മടിയിൽനിന്നു തൊട്ടിയിലേക്കും, തൊട്ടിലിൽനിന്നു ഉന്തുവണ്ടിയിലേക്കും മാറുന്നു. സഹായം ആവശ്യമില്ലാത്തപ്പോഴും അതിനെ ആശ്രയിക്കുന്നതു തീർച്ചയായും അപകടകരമാണ്.

പതിനൊന്നു നിഷ്ഠകളിൽ ഒന്നാണ് ബ്രഹ്മചര്യം. അതുകൊണ്ട് ബ്രഹ്മചര്യത്തിനുള്ള യഥാർത്ഥസഹായം മറ്റുള്ള പത്തെണ്ണവുമാണെന്ന് ഇതിൽനിന്നർത്ഥമാകുന്നു. അവസ്ഥും രക്ഷാഭിത്തികൾക്കും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം ഇതാണ്. ഒടുവിൽ പറഞ്ഞതു താൽക്കാലികവും, ആദ്യം പറഞ്ഞതു സ്ഥിരവുമാണ്. അവ ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ ഒഴിച്ചുകൂടാൻ പാടില്ലാത്ത ഭാഗമാണ്.

ബ്രഹ്മചര്യം ഒരു മാനസികാവസ്ഥയാണ്. ഒരുവന്റെ പുറമേയുള്ള പെരുമാററം, ആന്തരികാവസ്ഥയുടെ ശരിയായ അടയാളവും, തെളിവുമാണ്. ലൈംഗികാസക്തിയെ നിഗ്രഹിച്ച ഒരുവൻ അതിന്റെ ഏതൊരു രൂപത്തിലും ഭാവത്തിലും അപരാധം ചെയ്യുകയില്ല. ഒരു സ്ത്രീ എത്രമാത്രം ആകർഷകയാണെങ്കിലും, ആസക്തി ഇല്ലാത്ത ഒരുവനിൽ അവളുടെ ആകർഷകത യാതൊരു ഫലവും ഉണ്ടാക്കുകയില്ല. ഇതേനിയമം സ്ത്രീയെ സംബന്ധിച്ചും ശരിയാണ്. എന്നാൽ കാമത്തെ കീഴടക്കിയിട്ടില്ലാത്ത ഒരു പുരുഷനോ സ്ത്രീയോ, തങ്ങളുടെ കണ്ണുകളെ ഒരു സഹോദരിയുടേയോ, സഹോദരന്റെയോ, പുത്രിയുടേയോ, പുത്രന്റെയോ നേരേപോലും തിരിക്കാൻ പാടില്ല. ഈ ഉപദേശം ഞാൻ എന്റെ സ്നേഹിതന്മാക്കു കൊടുത്തിട്ടുണ്ട്. അവർക്കു അതിന്റെ പ്രയോജനമുണ്ടായിട്ടുമുണ്ട്.

എന്റെ കാര്യത്തിലാണെങ്കിൽ, വളരെ ലജ്ജയോടുകൂടി എനിക്കതു സമ്മതിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ദക്ഷിണാഫ്രിക്കയിൽ വച്ച് സ്ത്രീകളുടെ ദർശനം ലൈംഗികാസക്തിയെ ഉണർത്താൻ കഴിവില്ലാത്തതായിരുന്നെങ്കിലും, ഇന്ത്യയിലേക്കു മടങ്ങിയ ആദ്യകാലങ്ങളിൽ കഴിഞ്ഞ സംഭവങ്ങളുടെ സ്മരണ ആസക്തിയെ ഉണർത്തുകയും, അതിനെതിരായി എനിക്കു സാമാന്യം കഠിനമായി പോരാടേണ്ടിവരികയും ചെയ്തു. മനുഷ്യന് ഒട്ടും ചേരാത്തതായ അവ്യക്തമായ ഭീതിയുടെ കാര്യത്തിലും ഇതു ശരിയാണ്.

പ്രകൃത്യാ ഞാനൊരു ഭീരുവാണ്. ഇരുട്ടിൽ ഉറങ്ങാൻ ഞാൻ ഭയപ്പെട്ടിരുന്നു. തനിയെ ഒരു മുറിയിൽ ഉറങ്ങുന്നതു് എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഒരു ധീരകർമ്മമായിരുന്നു. എന്റെ ആ ഭീരുത്വം നഷ്ടമായിട്ടുണ്ടെന്ന് ഞാൻ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. എങ്കിലും വഴി തെററി ഒരു കൊടുങ്കാട്ടിൽ. അന്ധകാരപൂർണമായ രാത്രിയിൽ ഏകനായി അലഞ്ഞുതിരിയേണ്ടിവരുകയും, ഈശ്വരൻ എന്റെ കൂടെയുണ്ടെന്നുള്ളതു് ഞാൻ വിസ്മരിക്കയും ചെയ്താൽ എന്റെ അവസ്ഥ എന്തായിരിക്കുമെന്ന് എനിക്ക് ഇപ്പോഴും അറിഞ്ഞുകൂടാ.

കുട്ടിക്കാലത്തെ ഈ ഭീരുത്വം പൂർണമായി പോയിട്ടില്ലെങ്കിൽ, ഒരു വിജനമായ കാട്ടിൽ നിർഭയനായിരിക്കുന്നതു് തീർച്ചയായും ലൈംഗികാസക്തിയെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിലേറെ എനിക്കു പ്രയാസമുള്ളവതായിരിക്കും.

ബ്രഹ്മചാരിയാകേണ്ടതിനു ചില നിയമങ്ങൾ ഇന്ത്യയിൽ നല്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ടു്. അവൻ സ്ത്രീകളുടെയോ, മൃഗങ്ങളുടെയോ, ഷണ്ഡന്മാരുടെയോ ഇടയിൽ താമസിച്ചുകൂടാ. ഒററ സ്ത്രീയേയൊ സ്ത്രീ സമൂഹത്തെയോ പഠിപ്പിച്ചുകൂടാ. ഒരേ ഇരിപ്പിടത്തിൽ ഒരു സ്ത്രീയോടൊപ്പം ഇരുന്നുകൂടാ. ഒരു സ്ത്രീയുടെ ശരീരത്തിൻെറ ഏതെങ്കിലും ഭാഗത്തേക്കു നോക്കിക്കൂടാ. പാൽ, തൈരു്, നെയ്യ്, കൊഴുപ്പുള്ള എന്തെങ്കിലും പദാർത്ഥങ്ങൾ,ഇവ അവൻ കഴിക്കരുതു്. കുളിയിൽ അധികസമയം ചെലവഴിക്കയോ, എണ്ണയിട്ടു തിരുമ്മുകയോ ചെയ്തുകൂടാ. ദക്ഷിണാഫ്റിക്കയിലായിരുന്നപ്പോൾ ഞാൻ ഇതിനെപ്പററി വായിക്കയുണ്ടായി. മുകളിൽപ്പറഞ്ഞ ഏതെങ്കിലും നിബന്ധനകൾ ആവശ്യമാണെന്നു് അറിയാതെ ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിച്ചിരു ചില സ്ത്രീ പുരുഷന്മാരെ അവിടെവച്ചറിയുന്നതിനിടയായി. ഞാനും ഈ നിഷ്ഠയ്ക്കായി അവ ഉപേക്ഷിച്ചില്ല. പാൽ, നെയ്യ്, മററു മൃഗോത്പന്നങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ വേറെ ചില കാരണങ്ങളാൽ ഞാൻ ഉപേക്ഷിക്കയുണ്ടായി. ഇന്ത്യയിലേക്കു മടങ്ങി രണ്ടോ മൂന്നോ വർഷങ്ങൾക്കുശേഷം ഈ ശ്രമത്തിൽ ഞാൻ പരാജിതനായി. എന്നാൽ ഇന്നു പാലിനും നെയ്യിനും പകരമായി എന്തെങ്കിലും ഫലപ്രദമായ സസ്യ ഉത്പന്നം കണ്ടുപിടിക്കാമെങ്കിൽ, എല്ലാ മൃഗോത്പന്നങ്ങളും ഞാൻ സസന്തോഷം ഉപേക്ഷിക്കും. പക്ഷേ, ഇതു മറെറാരു കഥയാണു്.

ഒരു പരിപൂർണ ബ്റഹ്മചാരി തൻെറ വീര്യദ്രവം ഒരിക്കലും നഷ്ടപ്പെടുത്തുകയില്ല, നേരേമറിച്ചു്, ദിനംപ്രതി അതു വദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനു് അവനു കഴിയുന്നു. അതിലുപരിയായി, അവൻ അതു സംഭരിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടു് അംഗീകൃതാർത്ഥത്തിൽ, അവൻ ഒരിക്കലും വൃദ്ധനാകുകയില്ല, അവൻെറ ബുദ്ധിവൈഭവം മങ്ങുകയുമില്ല.

ഒരു യഥാത്ഥ (ബ്റഹ്മചര്യാ) കാംക്ഷിക്കുപോലും മേൽപറഞ്ഞ നിബന്ധനകൾ ആവശ്യമില്ലെന്നു എനിക്കു തോന്നുന്നു. പുറമെയുള്ള നിബന്ധനകൾകൊണ്ടു വളർത്താവുന്ന ഒരു ഗുണമല്ല ബ്റഹ്മചര്യം. ഒരു സ്ത്രീയുമായുള്ള ആവശ്യമായ ബന്ധത്തിൽ നിന്നും ഓടി അകലുന്നവൻ, ബ്റഹ്മചര്യത്തിൻെറ പൂർണമായ അർത്ഥം മനസ്സിലാക്കിയിട്ടില്ല.

യഥാർത്ഥസംയമനിയമം കൂടാതെയുള്ള ജീവിതത്തെ അൽപ്പമെങ്കിലും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുവാൻ വേണ്ടിയാണു ഞാനിതെഴുന്ന

ന്തെന്നു് ഒരുനിമിഷത്തേക്കപോലും വായനക്കാരൻ കരുതാതിരിക്കട്ടെ. സത്യസന്ധമായ ഒരു ശ്രമത്തിൽ, കപടതയ്ക്കു സ്ഥാനവുമില്ല.

യഥാർത്ഥ ബ്ഹ്മചാരി കപടനിയന്ത്രണങ്ങൾ വർജ്ജിക്കുന്നു. അയാളുടെ പരിമിതികൾക്ക അനുയോജ്യമായ വേലികൾ അയാൾതന്നെ കെട്ടണം. അവ അനാവശ്യമായി തോന്നുമ്പോൾ അവയെ ഒടിച്ചുകളകയും വേണം. എന്താണു് യഥാർത്ഥ ബ്ഹ്മചര്യം എന്നുള്ളതു് അറിയുകയാണു് ആദ്യം വേണ്ടതു്. പിന്നീടു് അതിൻെറ മൂല്യം മനസ്സിലാക്കുക. അവസാനമായി വിലമതിക്കാനാവാത്ത ഈ ഗുണം വളർത്തുന്നതിനു ശ്രമിക്കുക. ദേശത്തിൻെറ യഥാർത്ഥസേവനത്തിനു് ഈ അനുഷ്ഠാനം ആവശ്യമാണെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു.

58

നമ്മുടെ പുസ്തകങ്ങളിൽ വിവരിച്ചിട്ടുള്ള നിരോധനങ്ങളും നിയന്ത്രണങ്ങളും ആ കാലങ്ങളിൽ സിദ്ധിച്ചിട്ടുള്ള അനുഭവങ്ങളുടെ ഫലമാണു്. അവ നിസ്സംശയം ആ എഴുത്തുകാർക്കും വായനക്കാർക്കും ആവശ്യമുള്ളവയായിരുന്നു. ഇന്നു് എല്ലാ ബ്രഹ്മചര്യാകാംക്ഷികളും ആവശ്യമുള്ള ഇനങ്ങൾ അതിൽനിന്നു തിരഞ്ഞെടുക്കുകയും, അനുഭവംകൊണ്ടു് ആവശ്യമാണെന്നു തോന്നുന്ന ഇനങ്ങൾ അവയോടു കൂട്ടിച്ചേർക്കുകയും വേണം. നമുക്കെത്തേണ്ട ലക്ഷ്യത്തിനു ചുററും ഒരു വൃത്തം നാം വരയ്ക്കുകയാണെങ്കിൽ, ഓരോരുത്തനും അവനവൻെറ ആവശ്യത്തിനനുസരണമായ പല വഴികളും ലക്ഷ്യത്തിലേക്കു നയിക്കുന്നതായി കാണും.

സ്വന്തമനസ്സു് അറിഞ്ഞുകൂടാത്ത ഒരു ബ്ഹ്മചര്യാ കാംക്ഷി മറെറാരുവനെ അന്ധമായി അനുകരിക്കുകയാണെങ്കിൽ തീർച്ചയായും പരാജിതനാകും.

....എൻെറ സ്മരണയിലുള്ള ചിലർ അവരുടെ ഈശ്വരനെ അവരുടെ ഹൃദയത്തിൽ വാഴിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അവർ സ്വയം വഞ്ചിതരല്ല; മററുള്ളവരെ വഞ്ചിക്കുകയുമില്ല. അവരുടെ സഹോദരികളും, അമ്മമാരും അവക്കു് എപ്പോഴും അങ്ങനെതന്നെയാണു്. മറെറല്ലാ സ്ത്രീകളും അവർക്കു് സഹോദരിയുടേയോ, അമ്മയുടേയോ സ്ഥാനമുള്ളവരായിരിക്കും. അവരുമായുള്ള എല്ലാ ബന്ധവും പാപപങ്കിലമാണെന്നോ, അതു് അപകടംകൊണ്ടു നിറഞ്ഞതാണെന്നോ അവർ ഒരിക്കലും ചിന്തിക്കയില്ല. അവർ എല്ലാ സ്ത്രീകളിലും തങ്ങളിൽത്തന്നെ കാണുന്ന ഈശ്വരനെ കാണുന്നു. നാം അങ്ങനെയുള്ളവരെ കണ്ടിട്ടില്ലാത്തതുകൊണ്ടു്, അങ്ങനെയുള്ള ആളുകൾ ഉണ്ടാകാനേ സാദ്ധ്യമല്ല എന്നു പറയുന്നതു് നമ്മുടെ താഴ്മയുടെ അഭാവത്തെ വെളിപ്പെടുത്തുകയാണു്; ആ സാദ്ധ്യതയിലുള്ള വിശ്വാസമില്ലായ്മയും ബ്ഹ്മചര്യാപ്രമാണത്തെ താഴ്ത്തുന്നതിനു തുല്യ

8. ഹരിജൻ, 6-7-'47 (Self-restraint V. Self-indulgence, p.184)

മാണ്. നമ്മുടെ പക്കൽതന്നെയുള്ള തെളിവ് എതിരായതുകൊണ്ട്, ബ്റഹ്മചര്യത്തിൻെറ സാദ്ധ്യതകഠം നാം തിരസ്ക്കരിക്കുന്നതായാൽ അതു്, നാം ഈശ്വരനെ അഭിമുഖമായി കാണാത്തതുകൊണ്ടോ അങ്ങനെ കണ്ട അനുഭവമുള്ള മനുഷ്യരെ നാം കണ്ടുമുട്ടിയിട്ടില്ലാത്തതുകൊണ്ടോ, ഈശ്വരനില്ലെന്നു പറയുന്നതുപോലെ അബദ്ധമാണ്.

59

അവനവൻെറ ബലഹീനതയെ അളക്കുവാൻ എല്ലാവരും പഠിച്ചിരിക്കണം. സ്വന്തം ബലഹീനത അറിഞ്ഞുകൊണ്ട്, ശക്തനെ അനുകരിക്കുന്നവൻ പരാജയപ്പെടും. അതുകൊണ്ട് എല്ലാവരും അവനവന്റ സ്വന്തമായ നിബന്ധനകഠം ഉണ്ടാക്കണമെന്നു ഞാൻ വാദിക്കുന്നു.

....ഇരുട്ടറയോട് ഒരു സ്ത്രീയെ സാമ്യപ്പെടുത്തുന്നതിൽ അജ്ഞതമാത്രമേ ഞാൻ കാണുന്നുള്ളു. സ്ത്രീക്കും പുരുഷനും ആ ചിന്തതന്നെ അപമാനകരമാണ്. മകൻ തൻെറ അമ്മയുടെകൂടെ ഇരിക്കയോ, സഹോദരൻ സ്വന്തസഹോദരിയുടെകൂടെ ഒരു തീവണ്ടിയിൽ ഒരേ ബഞ്ചിലിരിക്കയോ ചെയ്യുകയില്ലേ? അത്തരം സാമീപ്യത്തിൽ നിന്നു അഭിനിവേശം അനുഭവപ്പെടുന്നവൻ തീർച്ചയായും സഹതാപം അർഹിക്കുന്നുണ്ട്.

പൊതുനന്മയ്ക്കായി ഒരുവൻ പല കാര്യങ്ങളും ഉപേക്ഷിക്കേണ്ടതുണ്ടെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നെങ്കിലും, അത്തരം നിയന്ത്രണങ്ങളുടെ നിഷ്ഠയിൽപ്പോലും ബുദ്ധിപൂർവമായ വിവേകത്തിനു സ്ഥാനമുണ്ടെന്നു എനിക്കു തോന്നുന്നു....

നിയന്ത്രണങ്ങഠം ലൈംഗികബോധത്തെ ശാശ്വതമാക്കുന്നതരമായിരിക്കരുതു്. ദിനംപ്രതിയുള്ള നമ്മുടെ മിക്കവാറും എല്ലാ ഇടപാടുകളിലും അത്തരം ബോധം കാണുന്നില്ല. എനിക്കറിവുള്ളിടത്തോളം അത്തരം സന്ദർഭം ഒരേ ഒരെണ്ണമാണ്. ദിവസം മുഴുവനും ആ ബോധം നമ്മെ പീഡിപ്പിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ, നമ്മുടെ മനസ്സ് ദുഷിച്ചതാണെന്നു കരുതേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. അത്തരം ഒരു മനസ്സ് സമുദായക്ഷേമത്തിനു് ഉതകുന്നതല്ല. ഗ്രാമീണർ എപ്പോഴും ലൈംഗികബോധമുള്ളവരായിരിക്കയാണെങ്കിൽ, സ്വസമൂഹാഭിവൃദ്ധിക്കു അവർ ഉപയോഗശൂന്യരാണ്.

---

59. ഹരിജൻ, 27–7–1947 (Self–restraint V. Self–indulgence, p. 188)

9. വിവാഹിതരും ബ്രഹ്മചര്യവും

60

ചാരിത്രം മഹത്തായ അച്ചടക്കങ്ങളിൽ ഒന്നാണ്: അതില്ലാത്ത മനസ്സിന് ആവശ്യമായ ഉറപ്പ് നേടാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. ചാരിത്ര്യമില്ലാത്ത ഒരുവൻ തന്റെ ബലം നഷ്ടപ്പെടുത്തുകയും, പുരുഷത്വമില്ലാത്തവനും, ഭീരുവും ആയിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നു. തന്റെ മനസ്സിനെ മൃഗീയവികാരങ്ങൾക്ക് അധീനപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ളവന് എന്തെങ്കിലും മഹത്തായ യത്നങ്ങൾ ചെയ്യാൻ ശേഷിയുണ്ടായിരിക്കയില്ല. അനേകം ഉദാഹരണങ്ങൾകൊണ്ട് ഇതു തെളിയിക്കാവുന്നതാണ്. അപ്പോൾ പിന്നെ വിവാഹിതനായ ഒരാൾ എന്താണു ചെയ്യേണ്ടതെന്ന പ്രശ്നം സ്വാഭാവികമായി ഉണ്ടാവുന്നതാണ്. എങ്കിലും അതുണ്ടാകേണ്ട ആവശ്യമില്ല ഭാര്യയും ഭർത്താവും വികാരങ്ങളെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുമ്പോൾ അതു മൃഗീയാസ്വാദനത്തിൽ ഒട്ടും താണതല്ല. വംശം നിലനിർത്താനല്ലാതെയുള്ള അത്തരം ആസ്വാദനം കർശനമായി നിരോധിക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്....ഒരു വിവാഹിതനായ മനുഷ്യന് അതുകൊണ്ടു പൂർണമായ ചാരിത്ര്യം അനുഷ്ഠിക്കാൻ സാധിക്കും. ഈ വിഷയം ഇതിൽക്കൂടുതൽ ദീർഘമായി ചർച്ചചെയ്യാൻ അസാദ്ധ്യമാണ്. പല പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകും. എങ്ങനെയാണ് ഒരുവൻ തന്റെ ഭാര്യയെ കൂടെ താമസിപ്പിക്കേണ്ടതു്, അവളുടെ അവകാശങ്ങൾ എന്തെല്ലാമാണ്. ഇങ്ങനെ മറ്റു ചോദ്യങ്ങളും ഉണ്ടാകും. എന്നാൽ മഹത്തായ ഒരു പ്രവൃത്തിയിൽ പങ്കുചേരാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർ ഇത്തരം പ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിക്കാൻ നിർബദ്ധരാണ്.

61

ഒരു ഉത്തമബ്രഹ്മചാരിക്ക് വിഷയാസക്തിയുമായോ, സന്താനോത്പാദനത്തിനുള്ള ആഗ്രഹവുമായോ പോരാടേണ്ടിവരികയില്ല. അതു് അവനെ ഒരിക്കലും അലട്ടുകയേയില്ല. ലോകം മുഴുവൻ അവന് ഒരു വിശാലമായ കുടുംബമായിരിക്കും. മനുഷ്യവംശത്തിന്റെ കഷ്ടപ്പാടുകൾ ശമിപ്പിക്കുന്നതിൽ അവന്റെ ആഗ്രഹം കേന്ദ്രീകരിച്ചിരിക്കും. സന്താനോത്പാദനത്തിനുള്ള ആഗ്രഹം അവനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം കയ്പും പുഴുക്കുത്തുമായിരിക്കും. മനുഷ്യവംശത്തിന്റെ കഷ്ടപ്പാടുകൾ അതിന്റെ പൂർണതയിൽ ഗ്രഹിച്ചിട്ടുള്ള ഒരുവൻ ഒരിക്കലും വികാരങ്ങളാൽ ഇളകിമറിപ്പാകയില്ല. അവനിലുള്ള ശക്തിയുടെ ഉറവിടത്തെ അവൻ സഹജമായ വാസനയാൽ അറിയുകയും, അതിനെ അശുദ്ധമാക്കാതെ സൂക്ഷിക്കുന്നതിൽ എപ്പോഴും ദൃഢവ്രതമുള്ളവനായിരിക്കയും ചെയ്യും.

---

60. ഹിന്ദ് സ്വരാജ്, (1908)p. 84
61. യങ് ഇൻഡ്യ; 29-4-1926 (Self-restraint V. Self-indulgence p. 68.)

വിനയാന്വിതമായ അവൻെറ ശക്തി ലോകത്തിൻെറ ബഹുമാനം ആർജിക്കയും, ചെങ്കോലുപിടിക്കുന്ന ഒരു ചക്രവർത്തിയെക്കാളം കൂടുതൽ ജനസ്വാധീനം നേടുകയും ചെയ്യും.

എന്നാൽ ഇതു് അസാദ്ധ്യമായ ഒരാദർശമാണെന്നും, സ്ത്രീപുരുഷന്മാർക്കു സ്വതസ്സിദ്ധമായ ആകർഷണത്തെ ഞാൻ കണക്കിലെടുക്കുന്നില്ലെന്നും പറയപ്പെടുന്നു. ഇവിടെ സൂചിപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന ശാരീരികമായ വേഴ്ച സ്വാഭാവികമാണെന്നു കരുതാമെന്നു വിശ്വസിക്കാൻ ഞാൻ തയ്യാറില്ല. അങ്ങനെയെങ്കിൽ പ്രളയം വേഗം വരും. പുരുഷനും, സ്ത്രീയും തമ്മിലുള്ള സ്വാഭാവികമായ താത്പര്യം സഹോദരനും സഹോദരിയും, അമ്മയും മകനും, അച്ഛനും മകളും തമ്മിലുള്ള ആകർഷണമാണു്. പ്രകൃത്യാ ഉള്ള ഈ ആകർഷണമാണു ലോകത്തെ നിലനിർത്തുന്നതു്. സ്ത്രീവംശത്തെ മുഴുവൻ സഹോദരിമാരായോ, പുത്രിമാരായോ, അമ്മമാരായോ ഞാൻ കരുതിയില്ലെങ്കിൽ ജീവിതവും അതിലേറെ എൻെറ പ്രവൃത്തിനിർവഹണവും അസാദ്ധ്യമായി എനിക്കു് അനുഭവപ്പെടും. കാമാതുരമായ കണ്ണുകളോടെ ഞാൻ അവരെ നോക്കുകയാണെങ്കിൽ, നാശത്തിലേക്കുള്ള അസന്ദിഗ്ദ്ധമായ മാർഗമായിരിക്കുമതു്.

62

ബ്രഹ്മചര്യനിയമങ്ങളം ശരിയായി പാലിച്ചിട്ടുള്ള ഒരു മനുഷ്യൻെറ കാര്യത്തിൽ ബീജസങ്കലനം, ഗർഭധാരണത്തിനു വഴിതെളിയിക്കുന്നതിൽ പരാജയപ്പെടുകയില്ലെന്നും, പരാജയപ്പെട്ടുകൂടാ എന്നുമുള്ളതു ബ്രഹ്മചര്യശാസ്ത്രത്തിലെ അറിയപ്പെട്ട ഒരു തത്ത്വമാണു്. അതങ്ങനെതന്നെ ആയിരിക്കയും വേണ്ടതാണു്. തൻെറ മൃഗസ്വഭാവം ഒരുവൻ പൂർണമായും കീഴടക്കിക്കഴിയുമ്പോൾ സ്വമേധയാ അല്ലാത്ത വികാരവിധേയത്വം അസാദ്ധ്യമായിത്തീരുകയും, ലൈംഗികാസ്വാദത്തിനുവേണ്ടി മാത്രമായുള്ള ആർത്തിപൂർണമായി അവസാനിക്കുകയും ചെയ്യും. സന്താനത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള ആഗ്രഹമുണ്ടാകുമ്പോൾമാത്രം ലൈംഗികബന്ധം ഉണ്ടാകുന്നു. ഇതാണു് 'വിവാഹിതബ്രഹ്മചര്യം' എന്നു വിവരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതു്. മറെറാരുതരത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ ഈ നിയമം അനുസരിക്കുന്ന ഒരുവൻ വിവാഹജീവിതം നയിക്കുന്നുവെങ്കിലും, ലൈംഗികപ്രവൃത്തിയിൽ നിന്നും പൂർണമായി ഒഴിഞ്ഞുമാറിനിൽക്കുന്ന ഒരാൾക്കെത്താവുന്ന അതേ അവസ്ഥയോ,ഗുണത്തിൽ അതിനു തുല്യമായ ഒരവസ്ഥയോ നേടുന്നു. ലൈംഗികപ്രവർത്തനം സന്താനോത്പാദനത്തിനുള്ള ഒരു മാർഗം മാത്രമാണു്, ഒരിക്കലും വെറും സുഖഭോഗത്തിനുള്ളതല്ല. യഥാർത്ഥത്തിൽ പ്രായോഗികമായി ഈ ആദർശം അതിൻെറ പൂർണ

62. ഹരിജൻ, 20–3–'37 (Self-restraint V. Self-indulgence, pp. 105—106)

തയിൽ വളരെ വിരളമായേ ഗ്രഹിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളവെന്ന കാണാം. എന്നാൽ നമ്മുടെ ആദർശങ്ങൾക്ക രൂപം നൽകുമ്പോൾ, നമ്മുടെ ബലഹീനതകളുടെയോ, സംഭവിക്കാവുന്ന വീഴ്ചകളുടെയോ അടിസ്ഥാനത്തിൽ നാം ചിന്തിച്ചുകൂടാത്തതാണ്.

....ബ്രഹ്മചര്യാനുഷ്ഠാനത്തോടനുബന്ധിച്ച് അനുഭവിക്കേണ്ടിവരുന്ന ബുദ്ധിമുട്ടുകളിൽ അധികഭാഗവും അതിന്റെ നിയമങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള നമ്മുടെ അജ്ഞതകാരണമാണെന്നും, ആ ബുദ്ധിമുട്ടുകളെ നാം കണ്ടുപിടിക്കയാണെങ്കിൽ അവ സ്വയം അപ്രത്യക്ഷമാകുമെന്നുമുള്ളതു് എന്റെ സ്ഥിരമായ വിശ്വാസമായി തീർന്നിട്ടുണ്ട്. ഉദാഹരണമായി നമ്മുടെ ലേഖകൻ ശരിയായ അർത്ഥത്തിൽ ഉന്നയിച്ചിരിക്കുന്ന പ്രശ്നം നമുക്ക പരിശോധിക്കാം. ഒന്നാമതായി ആദർശപരമായ ഒരു അവസ്ഥയിൽ അത്തരം ഒരു സന്ദർഭം ഒരിക്കലും ഉണ്ടാകയില്ല; കാരണം ചെറുപ്പം മുതല്ക്കേ ബ്രഹ്മചര്യാനിയമങ്ങൾ പാലിച്ചിട്ടുള്ള സാധാരണ ആരോഗ്യമുള്ള ദമ്പതികളിൽ ലൈംഗികബന്ധം ഒരിക്കലും ഫലപ്രദമാകാതെ വരികയില്ല. പ്രായോഗികമായി എന്തായാലും ക്രമവൈരുദ്ധ്യങ്ങൾ ഉണ്ടായേക്കാം. അത്തരം സന്ദർഭങ്ങളിൽ അനുശാസിക്കാവുന്ന ഒരേയൊരു നിയമം, ഗർഭധാരണം ഉണ്ടാകുന്നതുവരെ മാസംതോറുമുള്ള ആർത്തവത്തിന്റെ അവസാനത്തിൽ സംഭോഗം അനുവദിക്കുക എന്നുള്ളതാണ്?. അതിന്റെ ഉദ്ദേശ്യം സാദ്ധ്യമായിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ, അപ്പോൾ തന്നെ അതു വർജിക്കണം. വെറും ശാരീരിക സംതൃപ്തിയായിരിക്കരുതു് അതിന്റെ ലക്ഷ്യം. ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ചാരിത്ര്യത്തെപ്പോലെ തന്നെ ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ആരോഗ്യവും ഒരേ അനുപാതത്തിൽ വദ്ധിക്കുന്നുവെന്നതു് എന്റെ അനുഭവത്തെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ള എന്റെ വിശ്വാസമാണ്. അതിനെക്കുറിച്ച് അത്ഭുതപ്പെടേണ്ട കാര്യവുമില്ല; മനുഷ്യനെപ്പോലുള്ള ഒരത്ഭുതജീവിയെ ഉത്പാദിപ്പിക്കാൻ കഴിവുള്ള ഒരു പദാർത്ഥം ശരിയാംവണ്ണം സംഭരിക്കാമെങ്കിൽ, അതുല്യമായ ഊർജവും ശക്തിയുമായി രൂപാന്തരപ്പെടാതെ നിവൃത്തിയില്ല. വ്യക്തിപരമായ അനുഭവങ്ങളിൽ കൂടി ശാസ്ത്രങ്ങളിലെ ഈ നിരീക്ഷണത്തിന്റെ സത്യാവസ്ഥ ആർക്കും സ്വയം പരിശോധിച്ചുനോക്കാം. ഈ നിയമം പുരുഷനെ എന്നപോലെ സ്ത്രീയേയും സംബന്ധിക്കുന്നതാണ്. കാമവികാരങ്ങൾ നമ്മുടെ മനസ്സിൽത്തന്നെ സംരക്ഷിച്ചുകൊണ്ടു് അവയുടെ പുറമെയുള്ള പ്രകടനങ്ങളിൽനിന്നും സ്വതന്ത്രമാകുന്നതിനു വ്യർത്ഥമായി ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെന്നുള്ളതാണ് യഥാർത്ഥവൈഷമ്യം. തത്ഫലമായി ശാരീരികമായും, മാനസികമായും നാം ആശയററവരായിത്തീരുകയും ഗീതയിലെ വാക്കുകളിൽ പറഞ്ഞാൽ, നമ്മുടെ ജീവിതം ജീവിക്കുന്ന ഒരസത്യമോ മൂർത്തമായ കാപട്യമോ ആയിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നു.

ബ്രഹ്മചര്യംകൊണ്ടുള്ള ഗുണങ്ങൾ

63

ഒരു സമ്പൂർണബ്രഹ്മചാരിക്കു് ഒന്നും അസാദ്ധ്യമല്ല. എന്നാൽ, ഏതാണ്ടു യൂക്ലിഡിന്റെ സമയംപോലെ, ഭാവനയിൽമാത്രം നിലനിൽക്കുന്ന ഒന്നിനെ വാസ്തവികമാക്കിത്തീർക്കാൻ ഒരിക്കലും സാദ്ധ്യമല്ല. വളരെ വിരളമായി മാത്രം സാക്ഷാൽക്കരിക്കപ്പെടുന്ന ഒരാദർശാവസ്ഥയാണതു്; എങ്കിലും അതു ക്ഷേത്രഗണിതത്തിൽ മഹത്തായ ഫലങ്ങൾ നല്കുന്ന ഒരു പ്രധാനപ്പെട്ട നിർവചനമാണു്. പരിപൂർണബ്രഹ്മചാരികളിൽ പലരും ഭാവനയിൽ മാത്രമേ സ്ഥിതിചെയ്യുന്നുള്ളു. നമ്മുടെ മാനസിക നയനങ്ങൾക്കു മുൻപിൽ സ്ഥിരമായി അവനെ സൂക്ഷിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ,നാം ചുക്കാനില്ലാത്ത കപ്പൽപോലെയാകും. ഭാവനയിലുള്ള ആ അവസ്ഥയിലേക്കു് എത്രകണ്ടു് അടുക്കുന്നുവോ അത്രകണ്ടു പൂർണത വർദ്ധമാനമാകുന്നു.

64

ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ വിശാലമായ അർത്ഥത്തിലാണു ഞാനിതുവരെ അതേക്കുറിച്ചു പ്രതിപാദിച്ചതു്. ബ്രഹ്മചര്യം എന്ന പദത്തിന്റെ സാമാന്യമോ, കാലികമോ ആയി സ്വീകരിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള അർത്ഥം ചിന്തയിലും വാക്കിലും പ്രവൃത്തിയിലും ഉള്ള മൃഗീയവികാരത്തിന്റെ നിയന്ത്രണം എന്നാണു്. വികാരനിയന്ത്രണം വളരെ പ്രയാസമുള്ള ഒന്നായി കരുതപ്പെടുന്നതുകൊണ്ടും ഈ അർത്ഥം ശരിയാണു്. ഇതേ പ്രാധാന്യം രസനയുടെ നിയന്ത്രണത്തിനു നൽകിയിട്ടില്ലാത്തതുകൊണ്ടു്, വികാരനിയന്ത്രണം കൂടുതൽ പ്രയാസമുള്ളതും, മിക്കവാറും അസാദ്ധ്യവുമായിത്തീർന്നിട്ടുണ്ടു്. സുഖക്കേടുകൊണ്ടു ബലഹീനമായ ഒരു ശരീരത്തിലാണു വികാരങ്ങൾക്കു കൂടുതൽ ശക്തിയെന്നു വൈദ്യന്മാർ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. അതുകൊണ്ടു നമ്മുടെ ബലഹീനരായ ആളുകൾക്കു ബ്രഹ്മചര്യം വളരെ കാഠിന്യമുള്ളതായി തോന്നുന്നു.

ക്ഷീണിച്ചതെങ്കിലും, ആരോഗ്യമുള്ള ശരീരത്തെക്കുറിച്ചു ഞാൻ നേരത്തെ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടു്. അതുകൊണ്ടു നാം ശരീരസംസ്കരണം അവഗണിക്കാമെന്നു് ആരും ചിന്തിച്ചുകളയരുതു്. തെററു് ധരിക്കപ്പെട്ടേക്കാവുന്ന എന്റെ ഇടറിയ ഭാഷയിൽ ഉയർന്നതരം ബ്രഹ്മചര്യത്തെക്കുറിച്ചു് ഞാൻ സ്പഷ്ടമാക്കിയിട്ടുണ്ടു്. എല്ലാ ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെയും പരിപൂർണനിയന്ത്രണം പ്രാപിക്കണമെന്നു് ആഗ്രഹിക്കുന്നവൻ ശരീരത്തിന്റെ ക്ഷീണത്തെ സ്വാഗതംചെയ്യാൻ തയ്യാറായിരിക്കണം. ശരീരത്തോടു് ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള

---

63. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ,13–10–'20(Self-restraint V.Self-indulgence, p.70)

64. നവജീവൻ, 25–5–'24 (Self–restraint V. Self–indulgence. p. 62,

ബന്ധം ഇല്ലാതാകുമ്പോൾ ശരീരശക്തിക്കായുള്ള എല്ലാ ആഗ്രഹവും അപ്രത്യക്ഷമാകും.

എന്നാൽ മൃഗീയവികാരത്തെ കീഴടക്കിയിട്ടുള്ള ഒരു ബ്രഹ്മചാരിയുടെ ശരീരം വളരെ ബലവത്തായതും പ്രകാശപൂർണവും ആയിരിക്കും. ഈ പരിമിതമായ ബ്രഹ്മചര്യംപോലും അത്ഭുതകരമായ ഒന്നാണ്. സ്വപ്നത്തിൽപ്പോലും അശുദ്ധമായ ചിന്തകളിൽ നിന്നും സ്വതന്ത്രനായ ഒരുവൻ, ലോകരുടെ ആരാധനയ്ക്കു യോഗ്യനാണ്. മററു ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെ നിയന്ത്രണം അയാൾക്കു വളരെ എളുപ്പമുള്ള ഒന്നായിരിക്കുമെന്നുള്ളതു വ്യക്തമാണ്.

65

ഞാൻ വിഭാവന ചെയ്യുന്ന ബ്രഹ്മചാരി ആരോഗ്യവാനായിരിക്കും. യാതൊരു കഴപ്പവും കൂടാതെ ദീർഘനാൾ ജീവിക്കയും ചെയ്യും, ഒരു തലവേദനകൊണ്ടുപോലും അയാൾ കഷ്ടപ്പെടുകയില്ല. മാനസികവും, ശാരീരികവും ആയ വേലകൾ തലവേദന ഉണ്ടാക്കുകയില്ല. ആന്തരാവസ്ഥയുടെ ശരിയായ പ്രതിബിംബമായിരിക്കും അയാൾ. അയാൾ എപ്പോഴും കൂർമ്മബുദ്ധിയുള്ളവനായിരിക്കും, ഒരിക്കലും അലസനായിരിക്കയില്ല. ഉള്ളിലുള്ള ശുചിത്വത്തിൻെറ തനി പ്രതിഫലനമായിരിക്കും പുറമേയുള്ള ശുചിത്വവും. ഗീത വിവരിച്ചിരിക്കുന്ന സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻെറ എല്ലാ ഗുണങ്ങളും അയാൾ പ്രദർശിപ്പിക്കും. ഈ വിവരണം യോജിക്കുന്ന ഒരു വ്യക്തിയെ കണ്ടുമുട്ടിയില്ലെങ്കിൽ, അതിൽ വിഷമിക്കേണ്ട കാര്യമില്ല.

മനുഷ്യരെ സൃഷ്ടിക്കാൻ കഴിവുള്ള വീര്യദ്രാവകത്തെ പൂർണമായി സംഭരിക്കാനും ഉദാത്തീകരിക്കാനും കഴിവുള്ള ഒരാൾ മേൽവിവരിച്ച ഗുണങ്ങൾ പ്രദർശിപ്പിക്കുന്നതിൽ അത്ഭുതമുണ്ടോ? ഒരൊററ തുള്ളിക്കു ഒരു മനുഷ്യജീവനെ സൃഷ്ടിക്കുവാൻ കഴിയത്തക്കവണ്ണം അന്തർവീര്യമുള്ള ആ ഉദാത്തീകൃതവസ്തുവിൻെറ സർഗശക്തിയെ അളക്കുവാൻ ആർക്കു കഴിയും? പതഞ്ജലി അഞ്ചു ശിക്ഷണങ്ങളെക്കുറിച്ചു വിവരിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇതിൽ ഏതെങ്കിലും ഒന്നു വേർതിരിച്ചെടുത്തു പരിശീലിക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. സത്യത്തിൻെറ കാര്യത്തിൽ ഉറപ്പിച്ചു പറയാം; കാരണം, വാസ്തവത്തിൽ അതു മററു നാലിനേയും ഉൾക്കൊള്ളുന്നു. ഈ യുഗത്തിനുവേണ്ടി ആ അഞ്ചിനെ പതിനൊന്നായി വികസിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. ആചാര്യ വിനോബാ അവയെ ഒരു മറാത്തിപദ്യരൂപത്തിൽ തന്നിട്ടുണ്ട്. അഹിംസ, സത്യം, അസ്തേയം, ബ്രഹ്മചര്യം, അപരിഗ്രഹം, ആഹാരത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള അദ്ധ്വാനം, രസനാനിയന്ത്രണം, നിർഭയത, എല്ലാ മതങ്ങളോടുമുള്ള ആദരം, സ്വദേശി, അയിത്തോച്ചാടനം ഇവയാണ് അവ.

65. ഹരിജൻ 8–6'–47 (Self-restraint V. Self-indulgence, pp. 179—180)

ഇവയെല്ലാം സത്യത്തിൽനിന്നു ലഭിക്കാവുന്നതാണ്. എന്നാൽ ജീവിതം ദുർഘടമാണ്. മഹത്തായ ഒരു പ്രമാണം ആവിഷ്ക്കരിച്ച്, മററുള്ളവയെല്ലാം സ്വയം പിന്നാലെ വന്നുകൊള്ളട്ടെ എന്നു വച്ചാൽ അതു് അസാദ്ധ്യമാണ്. ഒരു സിദ്ധാന്തത്തെക്കുറിച്ചു നാം അറിഞ്ഞിരിക്കുമ്പോഴത്തന്നെ അവയുടെ ഉപസിദ്ധാന്തങ്ങളും നാം കണ്ടെത്തേണ്ടതാണ്. എല്ലാ ശിക്ഷണവും തുല്യപ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നതാണെന്നു മനസ്സിൽ കരുതിയിരിക്കുന്നതു കൊള്ളാം. അതിൽ ഒന്നു ലംഘിച്ചാൽ മററുള്ളവയും ലംഘിക്കപ്പെടും. സത്യത്തിന്റെയോ, അക്രമരാഹിത്യത്തിന്റെയോ ലംഘനം ക്ഷമിക്കത്തക്കതാണെന്നു് ഒരു സാധാരണവിശ്വാസം നമ്മുടെ ഇടയിൽ ഉണ്ടെന്നു തോന്നുന്നു. അസ്തേയത്തേയും, അപരിഗ്രഹത്തേയും കുറിച്ചു വിരളമായേ പ്രസ്താവിക്കുകതന്നെ പതിവുള്ളു. അവ അനുഷ്ഠിക്കുന്നതിന്റെ ആവശ്യം നാം ഒട്ടുമുക്കാലും അംഗീകരിക്കുന്നേയില്ല. എന്നാൽ ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ ഭാവനയിലുള്ള ലംഘനംതന്നെ ക്രോധവും അതിനപ്പുറവും ഇളക്കിവിടുന്നു. മൂല്യങ്ങളെ അതിശയോക്തിപരമായി വർണിക്കയും അതേസമയം വിലയിടിക്കയും ചെയ്യുന്ന ഒരു സമുദായത്തിൽ എന്തോ സാരമായ തകരാറുണ്ടു്. കൂടാതെ ബ്രഹ്മചര്യം എന്ന പദം അതിന്റെ ഇടുങ്ങിയ അർത്ഥത്തിൽ അതിന്റെ മൂല്യത്തെ കുറയ്ക്കുകയാണ്. അത്തരം തരംതാഴ്ത്തൽ ശരിയായ അനുഷ്ഠാനത്തിന്റെ വൈഷമ്യം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു. അതിനെ ഒററപ്പെടുത്തുമ്പോൾ, പ്രാഥമികമായ അനുഷ്ഠാനംപോലും, അസാദ്ധ്യമല്ലെങ്കിൽ, പ്രയാസമുള്ളതെങ്കിലും ആയിത്തീരുന്നു. അതുകൊണ്ടു് എല്ലാ ശിക്ഷണങ്ങളും ഒന്നായി എടുക്കേണ്ടതു് അത്യാവശ്യമാണ്. ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ പൂർണമായ അർത്ഥവും, പ്രാധാന്യവും മനസ്സിലാക്കുന്നതിനു് ഒരുവനെ ഇതു സഹായിക്കുന്നു.

മൂന്ന്

കുട്ടികളെ വളർത്തൽ

പീഠിക

1

നമ്മുടെ കുട്ടികൾ, അവരുടെ മാതാപിതാക്കളും, അജ്ഞരും പാവപ്പെട്ടവരുമായ നമ്മുടെ നോട്ടക്കുറവില്ലായിരുന്നുവെങ്കിൽ, പൂർണമായും നിഷ്കളങ്കരാകുമായിരുന്നു. കുട്ടികൾ ജന്മനാ കുസൃതികൾ—ആ വാക്കിന്റെ ദുരർത്ഥത്തിൽ—അല്ലെന്നു ഞാൻ തികച്ചും വിശ്വസിക്കുന്നു. കുട്ടികൾ വളർന്നുവരുമ്പോഴും, അവർ ജനിക്കുന്നതിനു മുൻപും പിൻപും മാതാപിതാക്കൾ വേണ്ടവണ്ണം പെരുമാറുകയാണെങ്കിൽ, അവർ സഹജാവബോധംകൊണ്ടുതന്നെ സത്യത്തിന്റെയും, സ്നേഹത്തിന്റെയും നിയമങ്ങളെ അനുസരിക്കുമെന്നുള്ളത് സുവിദിതമായ ഒരു വസ്തുതയാണ്.

2

ശതക്കണക്കിന്—സഹസ്രക്കണക്കിന് എന്നു പറയാനാണു ഞാൻ പുറപ്പെട്ടത്—ശിശുക്കളുമായി എനിക്കുള്ള പരിചയം വച്ചുകൊണ്ട് അവർക്ക്, ഒരുപക്ഷേ നിങ്ങൾക്കും എനിക്കുമുള്ള തിനെക്കാൾ, തീക്ഷ്ണമായ ഒരാത്മാഭിമാനബോധമുണ്ടെന്ന് എനിക്കറിയാമെന്നു പറയുമ്പോൾ നിങ്ങളെന്നെ വിശ്വസിക്കണം. നാം അല്പമൊന്നു കുനിയുകയും, വിനീതരാകുകയും ചെയ്യുമെങ്കിൽ, ജീവിതത്തിലെ മഹത്തരമായ പാഠങ്ങൾ നമുക്കു പഠിക്കാൻ സാധ്യമാകുക, പ്രായമായ പണ്ഡിതജനങ്ങളിൽനിന്നല്ല, പ്രത്യുത, അറിഞ്ഞുകൂടാത്തവരെന്നു പറയുന്ന ഈ കുഞ്ഞുങ്ങളിൽനിന്നായിരിക്കും. കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ വായിൽനിന്നും ജ്ഞാനം പുറപ്പെടുന്നുവെന്നു പറഞ്ഞപ്പോഴെക്കാൾ ഉന്നതവും മഹത്തരവുമായ ഒരു സത്യം ക്രിസ്തു ഒരിക്കലും പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടോ എന്നു സംശയമാണ്. ഞാനതു വിശ്വസിക്കുന്നു. കുഞ്ഞുങ്ങളെ വിനയത്തോടും നിഷ്കളങ്കതയോടുംകൂടി സമീപിക്കുകയാണെ

---

1. യങ് ഇൻഡ്യ, 19–11–1931 (The Mind of Mahatma Gandhi p. 86)
2. യങ് ഇൻഡ്യ, 19—11—1931 (The Mind of Mahatma Gandhi pp. 86—87)

ങ്കിൽ, അവരിൽനിന്നു നാം വിജ്ഞാനം നേടും എന്നു ഞാനെൻെറ അനുഭവത്തിൽനിന്നുതന്നെ മനസ്സിലാക്കിയിട്ടുണ്ടു്.

3

ഈ ലോകത്തിൽ യഥാർത്ഥസമാധാനം കൈവരുത്താനും യുദ്ധത്തിനെതിരെ ഒരു യഥാർത്ഥസമരം നടത്തുവാനും നമുക്കു സാധിക്കണമെങ്കിൽ, നാം കുട്ടികളിൽനിന്നു് ആരംഭിക്കേണ്ടിവരും. അവർ അവരുടെ നൈസർഗികമായ നിഷ്കളങ്കതയിൽതന്നെ വളർന്നുവരികയാണെങ്കിൽ, നമുക്കു കിടന്നു പിടയേണ്ടിവരില്ല. നേരെ മറിച്ചു്, നാം സ്നേഹത്തിൽനിന്നും സ്നേഹത്തിലേക്കും സമാധാനത്തിൽനിന്നും സമാധാനത്തിലേക്കും നീങ്ങിക്കൊണ്ടിരിക്കും. അവസാനമായി, യാതൊന്നിനുവേണ്ടിയാണോ ഈ ലോകം മുഴുവനും ബോധപൂർവമായോ, അബോധപൂർവമായോ,വിശന്നുവലയുന്നതു് ആ സമാധാനവും സ്നേഹവുംകൊണ്ടു് ലോകത്തിൻെറ എല്ലാ മൂലകളും ആവൃതമായിത്തീരും.

അദ്ധ്യായം ഒന്നു്

കുട്ടികളുടെ സംരക്ഷണവും അവരോടുള്ള പെരുമാററവും

എ. മാതാപിതാക്കളുടെ വാത്സല്യവും കർത്തവ്യവും

1

ഭാരതത്തിൻെറ ഭാവി നിങ്ങളുടെ, സ്ത്രീകളുടെ കാല്ക്കലാണു് കിടക്കുന്നതു്. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ നിങ്ങളാണു് ഭാവിതലമുറയെ പോററി വളർത്തേണ്ടവർ. ഭാരതത്തിലെ കുഞ്ഞുങ്ങൾ സരളസ്വഭാവികളും, ഈശ്വരഭയമുള്ളവരും, ധീരരുമായ സ്ത്രീപുരുഷന്മാരായി തീരുമാറു് അവരെ വളർത്താൻ നിങ്ങൾക്കു കഴിയണം.

2

അമ്മ എല്ലാത്തരം പലഹാരങ്ങൾകൊണ്ടും തൻെറ കുഞ്ഞിനെ ഊട്ടുന്നു. കുഞ്ഞിനു തിന്നാവുന്നിടത്തോളമെല്ലാം തീററുന്നതുകൊണ്ടു മാത്രമേ തൻെറ സ്നേഹം പ്രകടിപ്പിക്കാൻ സാധിക്കൂ എന്നു് അവർ വിശ്വസിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെ ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ടു കുഞ്ഞിൻെറ ആഹാ

3. ഹരിജൻ, 12-1-1934 (The Mind of Mahatma Gandhi, p. 87)
1. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ, 11-8-1921 (Women, p. 10)
2. നവജീവൻ, 26-2-1925 (Self-restraint V. Self-indulgence, p. 59)

രാസ്വാദനശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കുകയല്ല, അവനു് എല്ലാം വിരസവും നിരാശാജനകവും ആക്കിത്തീർക്കുകയാണു് അവർ ചെയ്യുന്നതു്. രുചി വിശപ്പിനെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു. യഥാർത്ഥത്തിൽ വിശപ്പുള്ള ഒരാൾക്കു് ഒരു ഉണങ്ങിയ അപ്പക്കഷണത്തിനു തോന്നുന്ന രുചി, വിശപ്പില്ലാത്ത ഒരാൾക്കു മധുരപലഹാരങ്ങൾക്കുപോലും തോന്നുകയില്ല. പലതരം മസാലകൾ ചേർത്തു പലതരം ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ നാം ഉണ്ടാക്കുന്നു. വല്ലവിധവും വയററിലേക്കു ചെലുത്തിവിടുവാൻവേണ്ടി. എന്നിട്ടു ബ്രഹ്മചര്യാനുഷ്ഠാനം വിഷമമായി നാം കാണുമ്പോൾ നാം അത്ഭുതപ്പെടുന്നു.

മാതാപിതാക്കൾ തങ്ങളുടെ കുഞ്ഞുങ്ങളെ കനത്ത വസ്ത്രങ്ങളിൽ പൊതിഞ്ഞു ശ്വാസം മുട്ടിക്കുന്നു. എന്നിട്ടു തങ്ങൾ അവരുടെ സൗന്ദര്യം വർദ്ധിപ്പിക്കുകയാണെന്നു ഭാവിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. വസ്ത്രങ്ങളുടെ ഉദ്ദേശ്യം ശരീരത്തിൻെറ ആച്ഛാദനവും, ചൂടിൽനിന്നും തണുപ്പിൽനിന്നുമുള്ള സംരക്ഷണവുമാണു്; അതിൻെറ സൗന്ദര്യം വർദ്ധിപ്പിക്കാൻ അല്ല. ഒരു കുട്ടി തണുപ്പുകൊണ്ടു വിറയ്ക്കുകയാണെങ്കിൽ നാം അവനെ തണുപ്പു മാററുന്നതിനായി തീയ്ക്കടുത്തേക്കു് അയയ്ക്കുകയോ, ഒന്നു് ഓടിവരാനായി തെരുവിലേയ്ക്കയയ്ക്കുകയോ വേലയെടുക്കാനായി വയലിലേക്കു് അയയ്ക്കുകയോ ആണു ചെയ്യേണ്ടതു്. തേജസ്സുള്ള ഒരു ശരീരം വളർത്തിയെടുക്കുന്നതിൽ അവനെ അങ്ങനെ മാത്രമേ നമുക്കു സഹായിക്കാൻ പററൂ. കുട്ടിയെ വീട്ടിൽ തന്നെ നിറുത്തുന്നതുകൊണ്ടു കൃത്രിമമായൊരു ചൂടാണു് നാം അവൻെറ ശരീരത്തിനു നല്കുന്നതു്. അങ്ങനെ അവൻെറ ശരീരത്തെ ലാളിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് അതിനെ നശിപ്പിക്കുന്നതിൽമാത്രമാണു നാം വിജയിക്കുന്നതു്.

3

'ആത്മവത് സർവഭൂതേഷു', അതായതു് എല്ലാവരെയും നമ്മെപ്പോലെതന്നെ കരുതണം എന്നു നാം പാടാറില്ലേ? നാം ആ രീതിയിൽ ചിന്തിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ, മറെറാരാളുടെ കുട്ടികളെ വൃത്തിയില്ലാതെ കണ്ടാൽ നമ്മുടെതന്നെ കുട്ടികളാണു് വൃത്തിഹീനരായിരിക്കുന്നതെന്നു തോന്നുകയും, നാം ലജ്ജിതരാവുകയും ചെയ്യും.

4

ഏതെങ്കിലും ഒരു കുട്ടി സുഖമില്ലാതിരിക്കുന്നതു കണ്ടാൽ അതു് അതിൻെറ അമ്മയെമാത്രം ബാധിക്കുന്ന കാര്യമാണെന്നും, അതിൻെറ ചുമതല അവൾക്കുമാത്രമാണെന്നും, കരുതാതെ അതിനെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്ന ഭാരം നിങ്ങൾതന്നെ ഏറെറടുക്കുക. സുഖമില്ലാത്ത ഒരു കുഞ്ഞി

3. Bapu's Letters to Ashram Sisters, vol. I. p. 13 (11–7–,27)
4. Bapu's Letters to Ashram Sisters, vol. I. pp. 65–66, (17–12–28)

നെ ശുശ്രൂഷിക്കാൻ അതിന്റെ അമ്മയ്ക്കു കഴിവോ, അറിവോ ഇല്ലാതെ വരുമ്പോൾ, ആ ജോലി അറിയാവുന്ന ആരെങ്കിലും ഒരാൾ ആ കുഞ്ഞിനെ പരിചരിക്കേണ്ട ഭാരം ഏറ്റെടുക്കുക എന്നതു് ആശ്രമത്തിലെ സാധാരണ പതിവായിരിക്കണം. താൻ ഒറ്റപ്പെട്ടവളാണെന്നും, സഹായത്തിനു് ആരുമില്ലാത്തവളാണെന്നും ഒരമ്മയ്ക്കും തോന്നരുതു്.

5

ആശ്രമത്തിലെ എല്ലാ കുട്ടികളും നിങ്ങളുടെ സ്വന്തമാണു്. അവരിൽ ഒരാൾ മരിക്കുകയാണെങ്കിൽ, അയാളെ ദൈവം തിരിച്ചെടുത്തിരിക്കുന്നു എന്നു കരുതുക. വേറെ കുട്ടികൾ ജനിച്ചാൽ, അവരെ ഈശ്വരൻ നിങ്ങൾക്കയച്ചുതന്നിരിക്കുന്നുവെന്നും കരുതുക. ആശ്രമത്തിലെ കുട്ടികളുടെ എണ്ണം, പുതിയ ജനനങ്ങൾകൊണ്ടു വർദ്ധിക്കുന്നില്ലെങ്കിലും, പുതിയ കുടുംബങ്ങളുടെ ആഗമനം അവരുടെ എണ്ണം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു. അവരോടെല്ലാവരോടും തുല്യസ്നേഹം പുലർത്താൻ പഠിച്ചാൽ, ഉമയിൽനിന്നു വേർപെട്ടതിന്റെ വേദന നമുക്കു് അനുഭവപ്പെടുകയില്ല.

6

എന്റെ കുഞ്ഞിനെ പേപ്പട്ടിവിഷം ബാധിക്കുകയും അവന്റെ യാതന കുറയ്ക്കാൻ സഹായകമായ ഉപാധി ഒന്നും ഇല്ലെന്നു വരികയും ചെയ്താൽ അവന്റെ ജീവനെടുക്കുക എന്നതു് എന്റെ കർത്തവ്യമായി ഞാൻ കണക്കാക്കണം. വിധിവാദത്തിനും അതിന്റേതായ പരിധികളുണ്ടു്. മറ്റെല്ലാ പരിഹാരമാർഗങ്ങളും പ്രയോഗിച്ചുകഴിഞ്ഞ ശേഷമാണു് നാം എന്തും ഈശ്വരേച്ഛയ്ക്കു വിട്ടുകൊടുക്കുന്നതു്. അതിക്ലേശം സഹിച്ചു മരിക്കാൻ തുടങ്ങുന്ന ഒരു കുഞ്ഞിന്റെ യാതന അവസാനിപ്പിക്കാൻ ഉള്ള ഉപാധികളിൽ ഒന്നും, അവസാനത്തേതുമായതു് അവന്റെ ജീവനെടുക്കുക എന്നുള്ളതാണു്.

7

ഒരു കുടുംബത്തിൽ പിതാവു് വികൃതി കാണിച്ച കുഞ്ഞിനെ അടിക്കുമ്പോൾ തിരിച്ചടിക്കുന്നതിനെപ്പററി ആ കുഞ്ഞു് ചിന്തിക്കുന്നതേയില്ല. അവൻ തന്റെ അച്ഛനെ അനുസരിക്കുന്നു—ആ അടിയുടെ ചൂടുണ്ടാക്കിയ ഭയംകൊണ്ടല്ല. അച്ഛന്റെ ക്ഷതമേററ സ്നേഹം അതിന്റെ പിന്നിൽ ഉണ്ടെന്നു മനസ്സിലാക്കുന്നതുകൊണ്ടു്.

8

സ്ത്രീകളായ നിങ്ങൾക്കു ചിലപ്പോൾ നിങ്ങളുടെ കുട്ടികളോടു ദേഷ്യപ്പെടേണ്ടിവരികയാണെങ്കിൽ, ആ ദേഷ്യത്തെ ഞാൻ അഹിം

5. Bapu's Letters to Ashram Sisters, vol. I, p.66 (24-12-28)
6. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ, 26-3-'31 (Selection from Gandhi, p. 156)
7. ഹരിജൻ,31-2-'38. (India of My Dreams, p. 77)
8. ഹരിജൻ, 1-9-'40 (Women, p. 10)

സാത്മക ദ്വേഷ്യം എന്നു വിളിക്കാം. ബുദ്ധിയുള്ള അമ്മമാരെക്കുറിച്ചാണു ഞാൻ പറയുന്നതു്, അമ്മമാരാകാൻതന്നെ അർഹതയില്ലാത്ത അജ്ഞരെക്കുറിച്ചല്ല.

9

കുട്ടികളെ വളർത്തുകയെന്ന കല അവളുടെ—സ്ത്രീയുടെ—പ്രത്യേകവും വിശിഷ്ടവുമായ അധികാരത്തിലുള്ളതാണു്. അവളില്ലെങ്കിൽ മനുഷ്യവർഗം നാമാവശേഷമാവുകതന്നെ ചെയ്യും.

10

മക്കൾക്കു പിതാക്കളോടുള്ള കർത്തവ്യം: ബംഗാളിലെ എന്റെ യാത്രാവേളയിൽ, ഒരു പൊതുസ്ഥാപനത്തിലെ അന്തേവാസികൾ തങ്ങളുടെ രക്ഷാകർത്താക്കളുടേതിനേക്കാൾ തങ്ങളുടെ സ്ഥാപനത്തിന്റെ സംരക്ഷണത്തിനു കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം നൽകുന്നതിനാഗ്രഹിക്കുന്നതായി അവകാശപ്പെടുന്ന ഒരു അത്ഭുതാവഹമായ പ്രസ്താവന ഞാൻ കേട്ടു. എന്റെ അംഗീകാരം ആർജിക്കുവാനാണിതു പറഞ്ഞതു്. ഞാൻ ഈ താളുകളിൽ എഴുതിയിട്ടുള്ളതു് എന്തെങ്കിലും അത്തരം ധാരണയ്ക്കു് ഇടനൽകിയിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ വായനക്കാരോടു ഞാൻ ക്ഷമാപണം ചെയ്യുന്നു. അത്തരം എന്തെങ്കിലും ഒരപരാധം ഞാൻ ഓർമ്മിക്കുന്നില്ല. എന്നിലുള്ള എല്ലാററിനും ഞാൻ എന്റെ മാതാപിതാക്കളോടു കടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ശ്രാവണൻ തന്റെ മാതാപിതാക്കൾക്കു ചെയ്തിട്ടുള്ളതായി പറയുന്നതൊക്കെയും എന്റെ മാതാപിതാക്കൾക്കു ചെയ്തുകൊടുക്കണമെന്നു് എനിക്കും തോന്നിയിട്ടുണ്ടു്. അതുകൊണ്ടു് ഈ പ്രസ്താവന കേട്ടപ്പോൾ എന്റെ ഉള്ളിലുണ്ടായ കോപത്തെ ഏററവും അധികം ബുദ്ധിമുട്ടിയാണടക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞതു്. ഈ നിലപാടു സ്വീകരിച്ച യുവാവു് അതേക്കുറിച്ചു് ഒട്ടുംതന്നെ ഗൗരവമുള്ളവനായിരുന്നില്ല. പക്ഷേ, ഇക്കാലത്തു ചില ചെറുപ്പക്കാരെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഒരു ഉന്നതമനോഭാവം സ്വീകരിക്കുന്നതും, പരിപൂർണതയുടെ അതുല്യഭാവം നടിക്കുന്നതും ഒരു പരിഷ്കാരമായിത്തീർന്നിരിക്കയാണു്. എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ പ്രായംചെന്നവരും, ബലഹീനരുമായ മാതാപിതാക്കന്മാരെ സംരക്ഷിക്കുക എന്നതു പ്രായപൂർത്തിയായ മക്കളുടെ പ്രഥമകർത്തവ്യമാണു്, തങ്ങളുടെ മാതാപിതാക്കന്മാരെ സംരക്ഷിക്കാൻതക്ക ചുററുപാടില്ലെങ്കിൽ അവർ വിവാഹം കഴിക്കാതിരിക്കട്ടെ. ഈ പ്രാഥമിക നിബന്ധന നിറവേററുവോളം അവർ പൊതുപ്രവർത്തനങ്ങൾ ഏറെറടുക്കാതിരിക്കട്ടെ. അവരുടെ മാതാപിതാക്കന്മാർ ആഹാരം കഴിക്കയും, വസ്ത്രം ധരിക്കയും ചെയ്യുന്നതിനായി അവർ പട്ടിണി

9. ഹരിജൻ, 24–2–'40. (Women, p.8)
10. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ, 25–6–'25. (To the Students, pp. 59—60)

കിടക്കണം. എന്തായാലും ചിന്താശൂന്യരും അജ്ഞരുമായ മാതാപിതാക്കളുടെ അജ്ഞതയ്ക്കു വഴങ്ങിക്കൊടുക്കുക മാത്രമാണു യുവജനങ്ങൾ ചെയ്യരുതാത്തതായി ഉദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതു്. ജീവസന്ധാരണത്തിനല്ലാത്തതും, വ്യാജപ്രകടനങ്ങൾക്കും, പെൺകുട്ടികളുടെ വിവാഹം സംബന്ധിച്ച അനാവശ്യച്ചെലവുകൾക്കുംവേണ്ടി മാതാപിതാക്കൾ പണം ആവശ്യപ്പെട്ടുവരുന്നതായറിയാം. എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ അത്തരം ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേററിക്കൊടുക്കുന്നതിനു ബഹുമാന പുരസ്സരം വിസമ്മതിക്കേണ്ടതു പൊതുപ്രവർത്തകരുടെ ചുമതലയാണു്. വാസ്തവത്തിൽ ഒരു പൊതുപ്രവർത്തകൻ പട്ടിണികിടക്കേണ്ടിവന്ന ഒരൊററ സന്ദർഭംപോലും കാണാൻ കഴിഞ്ഞതായി എനിക്കോർമയില്ല. ബുദ്ധിമുട്ടിൽ ജീവിക്കുന്ന ചിലരെ ഞാൻ കണ്ടിട്ടുണ്ടു്. തനിക്കു ലഭിക്കുന്നതിൽ കൂടുതൽ ലഭിക്കാൻ അർഹതയുള്ള ചിലരെയും ഞാൻ കണ്ടിട്ടുണ്ടു്. എന്നാൽ അവരുടെ പ്രവർത്തനം അഭിവൃദ്ധിപ്പെടുന്നതോടെ അവരുടെ മഹത്വം അറിയപ്പെടുന്നതോടെ അവർ ബുദ്ധിമുട്ടു് അനുഭവിക്കേണ്ടിവരാതാകുന്നു. പ്രയാസങ്ങളും പരീക്ഷണങ്ങളുമാണു് ഒരു മനുഷ്യനെ സൃഷ്ടിക്കുന്നതു്. ആരോഗ്യകരമായ ഒരു വളർച്ചയുടെ ലക്ഷണമാണതു്. എല്ലാ യുവജനങ്ങളും സമ്പന്നതയിൽ കഴിയുകയും, അത്യാവശ്യമുള്ള എന്തിന്റെയെങ്കിലും അഭാവം അവർക്കു് ഒരിക്കലും അനുഭവപ്പെടാതിരിക്കയും ചെയ്യുന്നെങ്കിൽ പരീക്ഷണം വരുമ്പോൾ അവർ ബുദ്ധിമുട്ടുന്നതു കാണാം. ത്യാഗം ഒരു സന്തോഷമാണു്.

അതുകൊണ്ടു് ഒരുവന്റെ ത്യാഗം പൊതുജനങ്ങളുടെ മുമ്പിൽ നിരത്തിവയ്ക്കുന്നതു് ഒരിക്കലും ശരിയല്ല. ഒരു ത്യാഗവും അവർ കാര്യമാക്കുന്നില്ലെന്നു പല പ്രവർത്തകരും എന്നോടു പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടു്. ഇടഞ്ഞു ചോദിച്ചപ്പോൾ, ഇരന്നു ജീവിക്കുന്നതിലാണു്, അതായതു സംഭാവനകൾ സ്വീകരിച്ചു കഴിയുന്നതിലാണു് ത്യാഗമെന്നു് അവർ എന്നോടു പറഞ്ഞു. പല പൊതുപ്രവർത്തകരും അങ്ങനെ ചെയ്തിട്ടുണ്ടു്. പക്ഷേ, അവർ ആ കാരണത്താൽ എന്തെങ്കിലും ത്യജിച്ചിട്ടുള്ളതായി അവകാശപ്പെട്ടിട്ടില്ല. പല യുവാക്കന്മാരും അഭികാമ്യമായ തൊഴിലുകൾ ഉപേക്ഷിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അതു തീർച്ചയായും അവരുടെ മഹത്വത്തെ കാണിക്കുന്നു. എന്നാൽ അവിടെപ്പോലും തീർച്ചയായും പ്രശംസ അധികപ്പററാകാവുന്നതാണെന്നു്, ബഹുമാനപൂർവംതന്നെ ഞാൻ പറഞ്ഞുകൊള്ളട്ടെ. ഒരു ത്യാഗവും, അതൊരു സന്തോഷമല്ലെങ്കിൽ ആ പേരർഹിക്കുന്നില്ല. ത്യാഗവും അസംതൃപ്തഭാവവും പൊരുത്തപ്പെടുകയില്ല. ത്യാഗം എന്നാൽ 'പവിത്രീകരിക്കൽ' ആണു്. തന്റെ ത്യാഗത്തിനു സഹതാപം ആവശ്യമുള്ളവൻ മനുഷ്യവർഗത്തിലെ ഒരു ഹീനമാതൃകയാണു്. ബുദ്ധൻ എല്ലാമുപേക്ഷിച്ചതു് അതു ചെയ്യാതിരിക്കാൻ അദ്ദേഹത്തിനു സാദ്ധ്യമല്ലാഞ്ഞിട്ടായിരുന്നു. എന്തെങ്കിലും ഉണ്ടായിരിക്കുക എന്നതു്

അദ്ദേഹത്തിനു പീഡാജനകമായിരുന്നു. ലോകമാന്യൻ ദരിദ്രനായിരുന്നതു്, സമ്പത്തുണ്ടായിരിക്കുന്നതു് അദ്ദേഹത്തിനു വേദനയുളവാക്കുന്നതുകൊണ്ടാണു്. കുറച്ചു രൂപപോലും ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതു് ഒരു ഭാരമായി ആൻഡ്രൂസ് കരുതുന്നു. അതുകൊണ്ടു് എന്തെങ്കിലും കിട്ടുന്നെങ്കിൽ അതു കളയുവാനുള്ള മാർഗം അദ്ദേഹം തുടർച്ചയായി ഉണ്ടാക്കിക്കൊണ്ടിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തിനു് ഒരു സംരക്ഷകനുണ്ടായിരിക്കണമെന്നു ഞാൻ പലപ്പോഴും അദ്ദേഹത്തോടു പറയുമായിരുന്നു. അദ്ദേഹം അതു കേൾക്കും, ചിരിക്കും; അൽപ്പംപോലും സങ്കോചം കൂടാതെ അതേപടി ആവർത്തിക്കും. ഭാരതമാതാ ഭയങ്കരിയായ ഒരു ദേവതയാണു്. 'കൊള്ളാം, എന്റെ കുഞ്ഞുങ്ങളെ ഇനി നിങ്ങൾ സ്വതന്ത്രരാണു്,' എന്നു പറയുവാൻ കൃപതോന്നുന്നതിനുമുമ്പു് യുവതീയുവാക്കന്മാരുടെ മനസ്സോടെയുള്ള—അല്ല, മനസ്സില്ലാത്തതുമായ—ത്യാഗങ്ങൾ അവൾ നിർബന്ധപൂർവം ആവശ്യപ്പെടും. നാമിപ്പോഴും ത്യാഗത്തിന്റെ നേരെ കളിക്കുകയാണു്. യാഥാർത്ഥ്യം ഇനി വരുവാനിരിക്കുന്നതേയുള്ളു.

ബി. യഥാർത്ഥ പൈതൃകസ്വത്തു്

11

മാതാപിതാക്കളിൽനിന്നു നമുക്കു ലഭിച്ചിട്ടുള്ള സ്വഭാവവിശേഷം എന്തോ, അതാണു നമ്മുടെ യഥാർത്ഥ പൈതൃകസമ്പാദ്യം. അതു നമ്മുടെ ആദ്ധ്യാത്മിക പൈതൃകസ്വത്താണെന്നു പറയാം. അതു വർദ്ധിപ്പിക്കേണ്ടതു നമ്മുടെ കടമയാണു്. ഒരു പിതാവു് ഒരു ലക്ഷം രൂപയുടെ ദായസ്വത്തു് തന്റെ മകനായി നീക്കിവയ്ക്കുന്നുവെന്നും, ആ മകൻ ആ സ്വത്തു് പത്തുലക്ഷമായി വർദ്ധിപ്പിച്ചശേഷം ഇങ്ങനെ പറയുന്നുവെന്നും വിചാരിക്കുക. 'ഒരുലക്ഷം രൂപ മാത്രമേ അച്ഛൻ സംഭരിച്ചുള്ളു. എന്തൊരു മട്ടുകാരനായിരുന്നു അദ്ദേഹം. ഞാനെത്ര മിടുക്കനാണു്. പത്തുലക്ഷം സമ്പാദിച്ചില്ലേ ഞാൻ?' പാപാത്മാവാണു് ആ മകൻ. അയാളിൽ അഹന്തയുണ്ടു്. മാതാപിതാക്കളിൽനിന്നു ലഭിച്ച പണം വർദ്ധിപ്പിക്കാൻ നാം ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ല; പ്രത്യുത, സ്വഭാവഗുണം വളർത്തുവാനാണു്, നമ്മുടെ ആദ്ധ്യാത്മികപൈതൃകം വർദ്ധിപ്പിക്കുവാനാണു് നാം ആഗ്രഹിക്കുന്നതു്. മാത്രമല്ല, അതിനെക്കുറിച്ചു നാം അഹങ്കരിക്കയുമരുതു്. കാരണം, വിനയമില്ലെങ്കിൽ ആദ്ധ്യാത്മികപൈതൃകം സമ്പാദിക്കുക അസാദ്ധ്യമാണു്.

---

11. 1926-ൽ, ഗാന്ധിജി തന്റെ ആശ്രമത്തിൽ സന്ധ്യയ്ക്കു് 7 മണിക്കു സ്ത്രീകൾക്കായി നടത്താറുള്ള പ്രാർത്ഥനായോഗങ്ങളിൽ ചെയ്ത പ്രസംഗങ്ങളിൽനിന്നു് മണിബഹൻ തയ്യാറാക്കിയ കുറിപ്പുകളിൽനിന്നു്. (Bapu's Letters to Ashram Sisters, vol. I, p. 101)

12

അമ്മമാർ കുഞ്ഞുങ്ങളെ ജനനംമുതൽക്കുതന്നെ ലാളിച്ചു വഷളാക്കുന്നു. അവരെ തടയാൻ ആരാണു്. പലതരം ആഭരണങ്ങളുടെയും വസ്ത്രങ്ങളുടെയും ഭാരം അവർ കുഞ്ഞുങ്ങളുടെമേൽ ചുമത്തുന്നു. അവർ പെൺമക്കളുടെ വിവാഹം തീരെ കുട്ടിക്കാലത്തുതന്നെ നടത്തുന്നു. പടുവൃദ്ധന്മാർക്കു അവരെ വിവാഹം ചെയ്തുകൊടുക്കുന്നു. സ്ത്രീകൾ അണിയുന്ന രത്നാഭരണങ്ങൾ കാണുമ്പോൾ എനിക്കു് അത്യധികമായ ദുഃഖമുണ്ടാകുന്നു. യഥാർത്ഥ സൗന്ദര്യത്തിന്റെ സ്ഥാനം ഹൃദയമാണെന്നും, ഈ ആഭരണങ്ങളല്ലെന്നും ആരാണവർക്കു വിശദീകരിച്ചുകൊടുക്കുക. ഇത്തരം കാര്യങ്ങളെപ്പററി എനിക്കു എഴുതാൻ സാധിക്കും. പക്ഷേ, ഇതെല്ലാം എങ്ങനെ നേരെയാക്കാൻ സാധിക്കും? സ്ത്രീകളുടെ ഇടയിൽനിന്നുതന്നെ കണ്ണഞ്ചിപ്പിക്കുന്ന പ്രകാശത്തോടുകൂടിയ ഒരു ദ്രൗപദി ഉയർന്നുവരുമ്പോൾ മാത്രമേ അതു സാധ്യമാകൂ. അതിനാവശ്യമായ യോഗ്യതകൾ നേടാൻ നിങ്ങൾ ഒരു ശ്രമം നടത്തേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ആദ്യം അക്കാര്യത്തിൽ ദൃഢമായ തീരുമാനമെടുക്കുക, പിന്നെ ക്ഷമയുള്ളവരുമായിരിക്കുക. വല്ലാതെ ബദ്ധപ്പെട്ടതുകൊണ്ടു് ഒരാൾക്കു് ഒന്നും നേടാൻ ആവില്ല.

13

എല്ലാവർക്കും തുല്യമായി അവകാശപ്പെടുത്തിക്കൊടുക്കുവാൻ മാതാപിതാക്കൾക്കു കഴിയുന്ന യഥാർത്ഥസമ്പത്തു് അവരുടെ സ്വഭാവവും വിദ്യാഭ്യാസസാദ്ധ്യതകളുമാണു്. തങ്ങളുടെ പുത്രന്മാരെയും പുത്രിമാരെയും സ്വന്തം കാലിൽ നിൽക്കാനും അദ്ധ്വാനിച്ചു സത്യസന്ധമായ ഒരു ജീവിതമാർഗമുണ്ടാക്കുവാനും കഴിവുള്ളവരാക്കിത്തീർക്കുന്നതിനും മാതാപിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കണം. അപ്പോൾ പ്രായപൂർത്തിയാകാത്ത കുട്ടികളുടെ സംരക്ഷണം പ്രായപൂർത്തിയായ അവകാശികളിൽ സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെ നിക്ഷിപ്തമാകും. അലസതയേയും, ആഡംബരത്തേയും അനുഗമിക്കുന്ന വികാരങ്ങൾക്കു പോഷകവും അദ്ധ്വാനശീലത്തിനു ഹാനികരവും ആണു കുട്ടികളെ പൈതൃകസ്വത്തിനു് അടിമപ്പെടുത്തണമെന്ന കൊള്ളരുതാത്ത ആഗ്രഹം. ഈ ആഗ്രഹത്തിന്റെ സ്ഥാനത്തു്, സ്വാശ്രയബോധമുള്ളവരായിരിക്കാൻ ആവശ്യമായ അഭ്യസനം തങ്ങളുടെ കുട്ടികൾക്കു നല്കണമെന്ന ആഗ്രഹം വച്ചുപുലർത്താൻ ധനികർക്കു കഴിയുമെങ്കിൽ അവരുടെ കുട്ടികളിൽ ഇന്നു കാണുന്ന അപൗരുഷത അധികപങ്കും നീങ്ങുന്നതായിരിക്കും.

---

12. Bapu's Letters to Ashram Sisters vol, I· p.19 (28–2–'27)
13. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ, 17–10–'29 (Women, p.7)

14

എന്റെ പൂർവികഗൃഹത്തിനടുത്തുണ്ടായിരുന്ന രാമ്ജിമന്ദിർ ദിവസവും സന്ദർശിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന ആ കുട്ടിക്കാലത്തെ രംഗങ്ങൾ എന്റെ സ്മരണയിൽ തെളിയുന്നു. അന്ന് എന്റെ രാമൻ അവിടെ വസിച്ചിരുന്നു. അനേകം ഭീതികളിൽനിന്നും, പാപങ്ങളിൽനിന്നും അദ്ദേഹം എന്നെ രക്ഷിച്ചു. എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അതൊരു അന്ധവിശ്വാസമല്ലായിരുന്നു. പുരോഹിതൻ ഒരുപക്ഷേ ഒരു ചീത്ത മനുഷ്യനായിരുന്നിരിക്കാം. അയാൾക്ക് എതിരായി യാതൊന്നും എനിക്ക് അറിഞ്ഞുകൂടായിരുന്നു. ക്ഷേത്രത്തിൽ ദുഷ് പ്രവൃത്തികൾ നടന്നിരിക്കാം. അവയെക്കുറിച്ചും എനിക്കൊന്നും അറിഞ്ഞുകൂടായിരുന്നു. അതുകൊണ്ട് അവ എന്നെ യാതൊരുവിധത്തിലും ബാധിക്കുകയില്ലായിരുന്നു.

15

മാതാപിതാക്കന്മാർ മതമനോഭാവമുള്ളവരാണെങ്കിൽ കുട്ടികൾ അവർക്ക് ഏററവും ഉൽകൃഷ്ടമായി തോന്നുന്നതിനെ അറിയാതെ തന്നെ സ്വായത്തമാക്കുകയും, മാതാപിതാക്കന്മാരുടെ പ്രേരണയോ പ്രതിബന്ധമോ കൂടാതെതന്നെ, അവരവർക്കുവേണ്ട വിശ്വാസം സ്വീകരിക്കുകയും ചെയ്യും. മാതാപിതാക്കൾ അശ്രദ്ധരാണെങ്കിൽ കുട്ടികളും തീർച്ചയായും അശ്രദ്ധരായിത്തീരുകയും ഏതെങ്കിലും മുദ്രാവാക്യം സ്വീകരിക്കുകയും ചെയ്യും.

16

ശാരീരികലക്ഷണങ്ങളേക്കാൾ ഒട്ടുംതന്നെ കുറവല്ലാത്ത തോതിൽ മാതാപിതാക്കളുടെ ഗുണങ്ങളും കുട്ടികൾ സ്വായത്തമാക്കും. സാഹചര്യങ്ങൾ അതിപ്രധാനമായ ഒരു പങ്കു വഹിക്കുന്നുണ്ട്. എങ്കിലും തന്റെ പൂർവികരിൽനിന്നുള്ള പാരമ്പര്യമാണ് ഒരു കുട്ടിയുടെ ജീവിതമാരംഭിക്കുന്നതിനുള്ള മൂലധനം. ദുഷിച്ച പൈതൃകത്തിന്റെ ഫലങ്ങളെ വിജയപൂർവം അതിജീവിച്ച കുട്ടികളേയും ഞാൻ കണ്ടിട്ടുണ്ട്.

17

എന്റെ മൂത്തപുത്രനിൽ ഇന്നു കാണുന്ന അനഭിലഷണീയമായ ശീലങ്ങൾ, അച്ചടക്കരഹിതവും അവ്യവസ്ഥിതവുമായ എന്റെ ചെറുപ്പകാലത്തിന്റെതന്നെ മാറെറാലിയായി എനിക്കു പലപ്പോഴും തോന്നിയിട്ടുണ്ട്. ആ കാലത്തെ അപക്വപരിജ്ഞാനത്തിന്റെയും

14. ഹരിജൻ, 18—3—'33 (The Removal of Untouchability, p. 96)
15. ഹരിജൻ, 29-3—'42 (Women, p. 11)
16. An Autobiography, (1927) p. 230
17. An Autobiography

വിഷയാസക്തിയുടെയും കാലമായി ഞാൻ കരുതുന്നു. അതു് എന്റെ മൂത്തപുത്രന്റെ സ്വഭാവരൂപീകരണകാലവുമായി യോജിച്ചു വന്നു. എന്നാൽ അതു് എന്റെ വിഷയാസക്തിയുടേയും, അനുഭവക്കുറവിന്റെയും കാലമായി കരുതുന്നതിനു് അവൻ സ്വാഭാവികമായും വിസമ്മതിച്ചു. നേരെമറിച്ചു്, അതു് എന്റെ ജീവിതത്തിലെ ഏററവും പ്രകാശപൂർണമായ കാലമായിരുന്നുവെന്നും, പിന്നീടുണ്ടായ വ്യതിയാനങ്ങൾ പ്രബോധമെന്നു തെററുധരിച്ച വിഭ്രാന്തിമൂലമാണെന്നും അവൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. അങ്ങനെ തന്നെയാകട്ടെ. എന്റെ ആദ്യകാലങ്ങൾ പരിജ്ഞാനത്തിന്റെ ഘട്ടമായിരുന്നുവെന്നും, മൗലികപരിവർത്തനത്തിന്റെ പിന്നീടുള്ള വർഷങ്ങൾ വിഭ്രാന്തിയുടേയും, അഹന്തയുടെയും വർഷങ്ങളാണെന്നും എന്തുകൊണ്ടു് അവനു വിചാരിച്ചുകൂടാ?

18

നമുക്കു വേണ്ടതും, ഒരു ദേശത്തിനു വേണ്ടതും, ഒരുപക്ഷേ ലോകത്തുള്ള എല്ലാ ദേശങ്ങളേക്കാളും നമ്മടെ ദേശത്തിനു് ഇപ്പോൾ വേണ്ടതും, സ്വഭാവരൂപീകരണമല്ലാതെ മറെറാന്നുമല്ലെന്നും അതിൽ കുറഞ്ഞ യാതൊന്നുമല്ലെന്നും എന്റെ പൊതുക്കാര്യജീവിതകാലം മുഴവൻ എനിക്കു് അനുഭവപ്പെട്ടിട്ടുണ്ടു്. അനുഭവപ്പെടുന്നുമുണ്ടു്.

19

നാലുതരം വിഭാഗങ്ങളെ സ്വീകരിക്കുമ്പോൾ, ഞാൻ, മനുഷ്യസ്വഭാവത്തിൽ സഹജമായതിനേയും പാരമ്പര്യനിയമത്തേയും അംഗീകരിച്ചുകൊണ്ടു്, പ്രകൃതിനിയമങ്ങളെ സ്വീകരിക്കുകയാണു ചെയ്യുന്നതു്. നമ്മുടെ മാതാപിതാക്കന്മാരുടെ ചില ഗുണങ്ങളോടുകൂടിയാണു നാം ജനിക്കുന്നതു്. മനുഷ്യൻ മനുഷ്യവംശത്തിൽ മാത്രമേ ജനിക്കുന്നുള്ളുവെന്നതു്, ചില സ്വഭാവങ്ങൾ—ഉദാഹരണമായി ജാതി—ജന്മനാ നിർണയിക്കപ്പെടുന്നുവെന്നതിനെ കാണിക്കുന്നു. പരമ്പരാഗതമായ നമ്മുടെ ചില സ്വഭാവങ്ങളെ നമുക്കു പരിഷ്കരിക്കാൻ വേണ്ടത്ര ഇച്ഛാസ്വാതന്ത്ര്യത്തിനുള്ള സാധ്യത നമ്മിലുണ്ടു്. നമ്മുടെ പൂർവകർമഫലങ്ങളെ നിശ്ശേഷം ഇല്ലാതാക്കിത്തീർക്കാൻ ഒരു ജന്മംകൊണ്ടു സാധ്യമല്ല. ഇതിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ ബ്രാഹ്മണമാതാപിതാക്കന്മാർക്കു ജനിച്ച ഒരുവനെ ബ്രാഹ്മണനായി കരുതുന്നതു് ഏതുപ്രകാരത്തിലും ശരിയും യുക്തവുമാണു്.

20

എല്ലാ പുരുഷന്മാരും സ്ത്രീകളും തുല്യരായി ജനിക്കുന്നുവെന്നു ഞാൻ പറയുമ്പോൾ അതുകൊണ്ടു സ്വഭാവഗുണങ്ങൾ പരമ്പരാഗത

---

18. Ashram Observance in Action, (1932) p. 125
19. യങ് ഇൻഡ്യ, 21–1–'26 (The Removal of Untouchability· p 49)
20. യങ് ഇൻഡ്യ, 29–9–'27 (The Removal of Untouchability. p.51)

മല്ലെന്നു നിർദേശിക്കുവാൻ ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ല. നേരേമറിച്ച്, ഓരോരുത്തരും ഓരോ രൂപം പരമ്പരാഗതമായി നേടുന്നതുപോലെ, സ്വഭാവഗുണവും അവരുടെ ജന്മദാതാക്കളിൽനിന്നും സമാർജ്ജിക്കുന്നുവെന്നും ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. ഇതു സമ്മതിക്കുന്നതിനർത്ഥം ഒരുവൻ അയാളുടെ ആത്മവീര്യം കരുതി സൂക്ഷിക്കുക എന്നതാണ്.

സി. ഗാന്ധിജിയുടെ പാരമ്പര്യം

21

അച്ഛൻ: എന്റെ അച്ഛൻ അദ്ദേഹത്തിന്റെ വംശത്തെ സ്നേഹിക്കുന്നവനും, സത്യസന്ധനും, ധൈര്യശാലിയും, ഉദാരനും, എന്നാൽ ക്ഷിപ്രകോപിയും, ആയിരുന്നു. ഏറക്കുറെ അദ്ദേഹം വിഷയാസക്തിക്ക് അടിമപ്പെട്ടിരുന്നിരിക്കാം. കാരണം, നാല്പതു വയസ്സു കഴിഞ്ഞപ്പോഴാണ് അദ്ദേഹം നാലാമത്തെ വിവാഹം കഴിക്കുന്നത്. എങ്കിലും അദ്ദേഹം വഴിപിഴച്ചുപോകുക സാദ്ധ്യമല്ലായിരുന്നു; കർശനമായ നിഷ്പക്ഷതയ്ക്കു കുടുംബത്തിലും പുറത്തും അദ്ദേഹം ഒരു പേരു സമ്പാദിച്ചിരുന്നു. രാജ്യത്തോടുള്ള അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഭക്തിയും സുവിദിതമായിരുന്നു. രാജ്കോട്ട് താക്കോർ സാഹിബിനെക്കുറിച്ച് ഒരു അസിസ്റ്റൻറ് പൊളിററിക്കൽ ഏജൻറ് അപമാനകരമായി സംസാരിച്ചപ്പോൾ, അദ്ദേഹം (അച്ഛൻ) ആ അപമാനത്തെ ചെറുത്തു. കുപിതനായ ഏജൻറ് കാബാഗാന്ധിയോടു ക്ഷമാപണം ആവശ്യപ്പെട്ടു. അദ്ദേഹം അതിനു വിസമ്മതിക്കയും, ഏതാനും മണിക്കൂർ അതുകാരണം നിരോധനത്തടങ്കൽ അനുഭവിക്കേണ്ടിവരുകയും ചെയ്തു. കാബാഗാന്ധി ഉറച്ചുതന്നെ നിൽക്കുകയാണെന്നു മനസ്സിലാക്കിയപ്പോൾ ഏജൻറ് അദ്ദേഹത്തെ സ്വതന്ത്രനാക്കി.

ധനം സമ്പാദിക്കുവാൻ എന്റെ അച്ഛന് ഒരിക്കലും ആഗ്രഹമുണ്ടായിരുന്നില്ല. ഞങ്ങൾക്കു പറയത്തക്ക സ്വത്തൊന്നും അദ്ദേഹം ശേഷിപ്പിച്ചിരുന്നില്ല.

അനുഭവജ്ഞാനമല്ലാതെ അദ്ദേഹത്തിനു വേറെ യാതൊരു വിദ്യാഭ്യാസവുമില്ലായിരുന്നു. അങ്ങേയററം ഗുജറാത്തി അഞ്ചാം സ്റ്റാൻഡേർഡ്വരെ അദ്ദേഹം വായിച്ചിട്ടുണ്ടായിരിക്കും. ചരിത്രവും ഭൂമിശാസ്ത്രവും സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അദ്ദേഹം അജ്ഞനായിരുന്നു. എന്നാൽ പ്രായോഗികകാര്യങ്ങളിൽ അദ്ദേഹത്തിനുണ്ടായിരുന്ന വിലയേറിയ പരിചയം ഏററവും കുഴപ്പമുള്ള വൈഷമ്യമേറിയ പ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിക്കുന്നതിലും, നൂററു കണക്കിനാളുകളെ ഭരിക്കുന്നതിനും സഹായകമായിരുന്നു. മതപരമായ പരിശീലനം അദ്ദേഹത്തിനു വളരെ കുറവായിരുന്നു എന്നുവരികിലും കൂടക്കൂടെ ക്ഷേത്ര

21. "An Autobiography", 1927, pp. 3–4

ദർശനം നടത്തുന്നതും, മതപരമായ ചർച്ചകരം കേരംക്കുന്നതുംമൂലം അനേകം ഹൈന്ദവർക്കം സുലഭമാകാറുള്ള മതപരമായ സംസ്കാരം അദ്ദേഹത്തിനു ലഭിച്ചിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തിൻെറ അവസാനദിവസങ്ങളിൽ കുടുംബസുഹൃത്തായ ഒരു ബ്രാഹ്മണപണ്ഡിതൻെറ നിർദേശപ്രകാരം അദ്ദേഹം ഗീതാപാരായണം തുടങ്ങി. എല്ലാദിവസവും ആരാധനാസമയത്തു് ഏതാനും ശ്ലോകങ്ങരം അദ്ദേഹം ഉറക്കെ ഉരുവിടുക പതിവായിരുന്നു.

22

അമ്മ: അമ്മയെക്കുറിച്ചു് എൻെറ സ്മരണയിൽ അവശേഷിച്ചിരിക്കുന്ന ഏററവും മുഖ്യമായ മുദ്ര അവരുടെ ആത്മീയപരിശുദ്ധിയുടേതാണു്. അവർ അഗാധമായ ഈശ്വരഭക്തിയുള്ളവരായിരുന്നു. ദിവസേനയുള്ള പ്രാർത്ഥനകരം നടത്താതെ, ആഹാരം കഴിക്കുന്നതിനെക്കുറിച്ചു് അവർ ചിന്തിക്കുകയേയില്ലായിരുന്നു. ഹാവേലി (വൈഷ്ണവക്ഷേത്രം) യിലേക്കു പോകുന്നതു് അവരുടെ ദിനകൃത്യങ്ങളിലൊന്നായിരുന്നു. എനിക്കു് ഓർമിക്കുവാൻ കഴിയുന്നിടത്തോളം 'ചാതുർമാസ്യം'[1] അവർ എപ്പോഴെങ്കിലും മുടക്കിയതായി എനിക്കു തോന്നുന്നില്ല. അവർ അതികഠിനമായ വ്രതങ്ങരം എടുക്കുകയും, യാതൊരു വീഴ്ചയുംകൂടാതെ അവ അനുഷ്ഠിക്കയും ചെയ്തിരുന്നു. അവ ഇളവു ചെയ്യുന്നതിനു രോഗം ഒരു ഒഴികഴിവായിരുന്നില്ല. 'ചന്ദ്രായനം'[2] അനുഷ്ഠിക്കുമ്പോരം ഒരിക്കൽ അവർ രോഗബാധിതയായതു് ഞാൻ ഓർമ്മിക്കുന്നു. എന്നാൽ നിഷ്ഠയ്ക്കു വിഘാതമാവാൻ രോഗത്തെ അവർ അനുവദിച്ചില്ല. തുടർച്ചയായി രണ്ടോ മൂന്നോ ഉപവാസങ്ങരം അനുഷ്ഠിക്കുന്നതു് അവക്കു നിസ്സാരമായിരുന്നു. ചാതുർമാസ്യത്തിൽ ഒരു ദിവസം ഒരുനേരം മാത്രം ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതു് അവരുടെ പതിവായിരുന്നു. അതുകൊണ്ടു തൃപ്തിയാകാതെ ഒരു ചാതുർമാസ്യത്തിൽ ഒന്നിടവിട്ടുള്ള ദിവസങ്ങളിലെല്ലാം അവർ ഉപവസിച്ചിരുന്നു. മററൊരു ചാതുർമാസ്യത്തിൽ സൂര്യനെ കാണാതെ ആഹാരം കഴിക്കയില്ലെന്നു് അവർ പ്രതിജ്ഞ ചെയ്തു. കുട്ടികളായ ഞങ്ങരം ആ ദിവസങ്ങളിൽ സൂര്യൻ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നതു് അമ്മയെ അറിയിക്കുവാൻ ആകാംക്ഷയോടെ ആകാശത്തിലേക്കു നോക്കിക്കൊണ്ടു നിൽക്കുമായിരുന്നു. കടുത്ത മഴക്കാലത്തു തൻെറ മുഖം കാണിക്കാനുള്ള ദാക്ഷിണ്യം പലപ്പോഴും സൂര്യനു് ഉണ്ടാകാറില്ലെന്നു എല്ലാവർക്കുമറിയാം. പെട്ടെന്നു് അദ്ദേഹം പ്രത്യക്ഷപ്പെടുമ്പോരം, ഓടിപ്പോയി അമ്മയോടു വിവരം പറഞ്ഞിരുന്ന ആ ദിവസങ്ങരം ഞാൻ ഓർക്കുന്നു. തൻെറ

---

22. An Autobiography, p. 4
1. വർഷകാലത്തു് നാലുമാസം നടത്തുന്ന ഉപവാസം അഥവാ അർദ്ധോപവാസം
2. ചന്ദ്രൻെറ വൃദ്ധിക്ഷയങ്ങളനുസരിച്ചു് ദിനംതോറുമുള്ള ആഹാരം കൂട്ടുകയും കുറയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരുതരം ഉപവാസം.

സ്വന്തം കണ്ണുകൾകൊണ്ടു സൂര്യനെ കാണുന്നതിനു് അവർ പുറത്തേക്കു് ഓടിവരും. എന്നാൽ ആ സമയംകൊണ്ടു ഓട്ടക്കാരനായ സൂര്യൻ മറഞ്ഞുകഴിഞ്ഞിരിക്കും. അങ്ങനെ അമ്മയ്ക്കു ഭക്ഷണം ലഭിക്കാതാവും. 'അതു സാരമില്ല,' ഇന്നു ഞാൻ ഭക്ഷണം കഴിക്കണമെന്നു ഈശ്വരൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ല.' എന്നു പ്രസന്നതയോടുകൂടി അവർ പറയുകയും ചെയ്യും. അതിനുശേഷം തന്റെ സാധാരണ ജോലികളിലേക്കു് അവർ തിരിയും.

എന്റെ അമ്മയ്ക്കു ദൃഢമായ കാര്യബോധമുണ്ടായിരുന്നു. രാജ്യകാര്യങ്ങളിലെല്ലാം അവൾക്കു നല്ല അറിവുണ്ടായിരുന്നു രാജസദസ്സിലെ സ്ത്രീകൾ അവരുടെ പാണ്ഡിത്യത്തെ വളരെ വിലമതിച്ചിരുന്നു. ശൈശവത്തിന്റെ അവകാശം ഉപയോഗിച്ചു ഞാൻ പലപ്പോഴും അവരുടെകൂടെ പോകുമായിരുന്നു. താക്കോർ സാഹിബിന്റെ വിധവയായ അമ്മയുമായി നടത്തിയിരുന്ന പല സജീവമായ ചർച്ചകളും ഞാൻ ഇന്നും ഓർമിക്കുന്നുണ്ടു്.

സുദമാപുരി എന്ന അപരനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന പോർബന്ദറിൽ, 1869 ഒക്ടോബർ 2—ാം തീയതി ഈ മാതാപിതാക്കളുടെ സന്താനമായി ഞാൻ ജനിച്ചു. എന്റെ കുട്ടിക്കാലം ഞാൻ പോർബന്ദറിൽ ചെലവഴിച്ചു.

23

അച്ഛനിൽനിന്നു കിട്ടിയ ഒരു പാഠം. ഞാനും എന്റെ ഒരു ബന്ധുവും പുകവലി ഇഷ്ടപ്പെട്ടുതുടങ്ങി. എന്റെ ഒരു അമ്മാവനു് ആ സ്വഭാവമുണ്ടായിരുന്നു. അദ്ദേഹം പുകവലിക്കുന്നതു കണ്ടപ്പോൾ അദ്ദേഹത്തിന്റെ മാതൃക അനുകരിക്കണമെന്നു ഞങ്ങൾ കരുതി. പക്ഷേ, ഞങ്ങൾക്കു പണമില്ലായിരുന്നു. അതുകൊണ്ടു് അമ്മാവൻ വലിച്ചെറിയുന്ന സിഗററു കുററികൾ തട്ടിയെടുക്കുവാൻ തുടങ്ങി.

ഈ കുററികൾ എന്തായാലും എപ്പോഴും ലഭ്യമായിരുന്നില്ല. അധികം പുക നൽകുകയുമില്ലായിരുന്നു. അതുകൊണ്ടു ബീഡി വാങ്ങിക്കുന്നതിനു വേലക്കാരുടെ സമ്പാദ്യത്തിൽനിന്നും തുട്ടുകൾ മോഷ്ടിക്കുവാൻ തുടങ്ങി. അവ എവിടെ സൂക്ഷിക്കുമെന്നുള്ളതായിരുന്നു പ്രശ്നം. മോഷ്ടിക്കപ്പെട്ട ഈ തുട്ടുകൾകൊണ്ടു ഞങ്ങൾ എങ്ങനെയോ കുറേയാഴ്ചകൾ തള്ളിനീക്കി. ഇതിനിടയ്ക്കു് ഒരു പ്രത്യേകതരം ചെടിയുടെ തണ്ടു് സുഷിരങ്ങളുള്ളതാണെന്നും, അവ സിഗററുപോലെ പുകയ്ക്കാമെന്നും ഞങ്ങൾ കേട്ടു. ഞങ്ങൾ അതു സമ്പാദിച്ചു് അത്തരം പുകവലി തുടങ്ങി.

എന്നാൽ ഈ മോഷണത്തെക്കാൾ കുറേക്കൂടി ഗൗരവമുള്ള ഒരെണ്ണത്തിൽ കുറേക്കഴിഞ്ഞു ഞാൻ അകപ്പെട്ടു. എനിക്കു പന്ത്രണ്ടോ, പതിമൂന്നോ, ഒരുപക്ഷേ അതിൽ കുറവോ, വയസ്സുള്ളപ്പോഴാണു്

23. An Autobiography, pp. 19—21

ഞാൻ നാണയങ്ങൾ മോഷ്ടിച്ചതു്, മറേറ കളവു നടത്തിയതു് പതിനഞ്ചാം വയസ്സിലാണ്. ഈ പ്രാവശ്യം മാംസാഹാരം ഉപയോഗിക്കുന്ന എന്റെ സഹോദരന്റെ കടകത്തിൽനിന്നു് ഒരു തുണ്ടു സ്വർണമാണു ഞാൻ മോഷ്ടിച്ചതു്. ഈ സഹോദരൻ ഏകദേശം ഇരുപത്തിയഞ്ചു രൂപയുടെ ഒരു കടത്തിൽ അകപ്പെട്ടിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ കൈയിൽ തനി സ്വർണത്തിലുള്ള ഒരു കടകമുണ്ടായിരുന്നു. അതിൽനിന്നും ഒരു തുണ്ടു മുറിച്ചെടുക്കുന്നതിനു പ്രയാസമില്ലായിരുന്നു.

ഏതായാലും അതു നടന്നു, കടം വീട്ടുകയും ചെയ്തു. എന്നാൽ ഇതു് എനിക്കു സഹിക്കാവുന്നതിലും അപ്പുറമായിത്തീർന്നു. ഒരിക്കലും ഇനി മോഷ്ടിക്കയില്ലെന്നു ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു. അതു് എന്റെ അച്ഛനോടു് ഏററുപറയുവാനും ഞാൻ നിശ്ചയിച്ചു; പക്ഷേ, പറയാൻ ഞാൻ ധൈര്യപ്പെട്ടില്ല. ഞങ്ങളിൽ ആരെയെങ്കിലും അദ്ദേഹം എപ്പോഴെങ്കിലും പീഡിപ്പിച്ചതായി എനിക്കോർമയില്ല. അദ്ദേഹത്തിനു ഞാൻ മൂലം ഉണ്ടാകാവുന്ന വേദനയെക്കുറിച്ചു എനിക്കു ഭയമുണ്ടായിരുന്നു. എങ്കിലും ആ അപകടം സ്വീകരിക്കേണ്ടതാണെന്നും, പൂർണമായ ഏററുപറച്ചിൽ കൂടാതെ പാപമോചനം സാദ്ധ്യമല്ലെന്നും എനിക്കു തോന്നി.

എന്റെ കുററസമ്മതം എഴുതി അച്ഛനു സമർപ്പിച്ചു്, അദ്ദേഹത്തോടു മാപ്പപേക്ഷിക്കണമെന്നു് ഒടുവിൽ ഞാൻ തീർച്ചയാക്കി. ഒരു കഷണം കടലാസ്സിൽ അതെഴുതി, ഞാൻ തന്നെ അച്ഛന്റെ കൈയിൽ കൊടുത്തു. ആ കത്തിൽ എന്റെ കുററം ഏററുപറയുക മാത്രമല്ല, അതിനു മതിയായ ശിക്ഷ വേണമെന്നാവശ്യപ്പെടുകയും ചെയ്തിരുന്നു. എന്റെ തെററിനു് അദ്ദേഹം സ്വയം ദണ്ഡിപ്പിക്കരുതെന്നു് അപേക്ഷിച്ചുകൊണ്ടാണു, ഞാനതു് അവസാനിപ്പിച്ചിരുന്നതു്, ഭാവിയിൽ ഒരിക്കലും മോഷ്ടിക്കയില്ലെന്നും ഞാൻ സ്വയം പ്രതിജ്ഞ ചെയ്തു.

ആ കുററസമ്മതരേഖ അച്ഛന്റെ കൈയിൽ കൊടുത്തപ്പോൾ ഞാൻ വിറയ്ക്കുകയായിരുന്നു. അദ്ദേഹം അന്നു ഭഗന്ദരം ബാധിച്ചു് കിടപ്പിലായിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ കിടക്ക വെറും സാധാരണ പലകയായിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തെ കത്തു് ഏല്പിച്ചിട്ടു്, ആ പലകയ്ക്കു് എതിരായി ഞാനിരുന്നു.

അദ്ദേഹം അതു മുഴുവൻ വായിച്ചു. കവിളിൽക്കൂടി കണ്ണീർത്തുള്ളികൾ ഒഴുകി, കടലാസ്സു നനച്ചു. ഒരു നിമിഷത്തേക്കു് അദ്ദേഹം കണ്ണുകളടച്ചു് വിചാരമഗ്നനായി, എന്നിട്ടു് ആ കത്തു വലിച്ചുകീറി. അതു വായിക്കാനായി അദ്ദേഹം എഴുന്നേററിരിക്കയായിരുന്നു. അദ്ദേഹം വീണ്ടും കിടന്നു. ഞാനും കരഞ്ഞു. എന്റെ അച്ഛന്റെ മനോവേദന എനിക്കു കാണാൻ കഴിഞ്ഞു. ഞാൻ ഒരു ചിത്രകാരനായിരുന്നെ

കിൽ, ആ രംഗം മുഴുവൻ ഇന്നെനിക്കു വരയ്ക്കുവാൻ സാധിക്കുമായിരുന്നു. അതെൻെറ മനസ്സിൽ ഇന്നും അത്രയ്ക്കു സുവ്യക്തമാണു്.

സ്നേഹത്തിൻെറ ആ മൗക്തികബിന്ദുക്കൾ എൻെറ ഹൃദയത്തെ ശുദ്ധിചെയ്തു. എൻെറ പാപത്തെ ഒഴുക്കിക്കളഞ്ഞു. അത്തരം സ്നേഹം അനുഭവിച്ചവർക്കു മാത്രമേ അതെന്താണെന്നു് അറിഞ്ഞുകൂടു. സൂക്തത്തിൽ പറയുന്നതുപോലെ:

'സ്നേഹത്തിൻെറ അമ്പേററവൻമാത്രമേ അതിൻെറ ശക്തി അറിയുകയുള്ളൂ.'

ഇതു് അഹിംസയിൽ എനിക്കൊരു സാധനപാഠമായിരുന്നു. അന്നു് ഒരു അച്ഛൻെറ സ്നേഹത്തിൽ കൂടുതലായൊന്നും ഞാനതിൽ കണ്ടില്ല. എന്നാൽ അതു ശുദ്ധമായ അഹിംസയായിരുന്നുവെന്നു് ഇന്നു ഞാൻ അറിയുന്നു. അത്തരം അഹിംസ സർവാശ്ലേഷകമായിത്തീരുമ്പോൾ സ്പർശിക്കുന്ന എല്ലാത്തിനേയും അതു രൂപാന്തരപ്പെടുത്തുന്നു; അതിൻെറ ശക്തിക്കു യാതൊരു അതിരുമില്ല.

ഉൽകൃഷ്ടമായ ഇത്തരം മാപ്പു് എൻെറ അച്ഛനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം സ്വാഭാവികമല്ലായിരുന്നു. അദ്ദേഹം കോപിഷ്ഠനാകുമെന്നും, കഠിനവാക്കുകൾ പറയുമെന്നും സ്വയം നെററിയിലടിക്കുമെന്നും ഞാൻ വിചാരിച്ചിരുന്നു. എന്നാൽ അദ്ദേഹം അത്ഭുതകരമായ സമാധാനം പ്രകടിപ്പിച്ചു. അതു് എൻെറ തുറന്ന ഏററുപറച്ചിൽ മൂലമാണെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. വീണ്ടും ഒരിക്കലും അതേ പാപം ചെയ്യുകയില്ലെന്ന പ്രതിജ്ഞയോടുകൂടി ശുദ്ധമായ ഒരു കുററസമ്മതം, സ്വീകരിക്കാൻ അവകാശമുള്ള ഒരാളിൻെറ മുൻപിൽ, സമർപിക്കുമ്പോൾ, അതു പശ്ചാത്താപത്തിൻെറ ഏററവും വിശുദ്ധമായ ഒരു മാതൃക ആയിരിക്കും. എൻെറ കുററസമ്മതം അച്ഛനിൽ എന്നെ സംബന്ധിച്ചു പൂർണസുരക്ഷിതത്വബോധമുണ്ടാക്കുകയും, അദ്ദേഹത്തിനെന്നോടുണ്ടായിരുന്ന സ്നേഹം അളവില്ലാത്തവിധം വർധിപ്പിക്കയും ചെയ്തു.

24

അമ്മയോടു ചെയ്ത പ്രതിജ്ഞ; എന്നിരുന്നാലും എൻെറ അമ്മ പിന്നെയും വിസമ്മതം കാണിച്ചിരുന്നു. ഏററവും സൂക്ഷ്മമായ അന്വേഷണങ്ങൾ അവർ നടത്തിത്തുടങ്ങി, ചെറുപ്പക്കാർ ഇംഗ്ലണ്ടിൽ ചെന്നാൽ പിഴച്ചുപോകുമെന്നു ആരോ അവരോടു പറഞ്ഞിരുന്നു. അവർ മാംസം കഴിച്ചുതുടങ്ങുമെന്നു മററാരോ പറഞ്ഞു വേറൊരാൾ, അവർക്കു ലഹരിസാധനങ്ങൾ കൂടാതെ കഴിയുക സാധ്യമല്ലെന്നു പറഞ്ഞിരുന്നു. 'ഇതിനെക്കുറിച്ചു് എല്ലാം എന്തു പറയുന്നു?

24. An Autobiography, pp. 28—29

എന്നു് അമ്മ എന്നോടു ചോദിച്ചു. 'എന്നെ വിശ്വസിക്കയില്ലേ? ഞാൻ അമ്മയോടു കള്ളം പറയുകയില്ല. ഈ സംഗതികളൊന്നും തൊടുകയില്ലെന്നു ഞാൻ പ്രതിജ്ഞ ചെയ്യുന്നു. അത്തരം അപകടങ്ങളുണ്ടെങ്കിൽ, ജോഷിജി എന്നെ പോകാൻ അനുവദിക്കുമോ?' എന്നു ഞാൻ ചോദിച്ചു. 'എനിക്കു നിന്നെ വിശ്വസിക്കാം; എന്നാൽ വിദൂരമായ ഒരു ദേശത്തായിരിക്കുമ്പോൾ ഞാൻ നിന്നെ എങ്ങനെ വിശ്വസിക്കും? ഞാൻ ആകെ സംഭ്രമിച്ചിരിക്കയാണു്. എന്തുചെയ്യണമെന്നെനിക്കറിഞ്ഞുകൂടാ. ഞാൻ ബേചാർജി സ്വാമിയോടു ചോദിക്കട്ടെ'. അമ്മ പറഞ്ഞു.

ബേചാർജി സ്വാമി ആരംഭത്തിൽ ഒരു മോധ്ബനിയാൻ ആയിരുന്നു. ഇപ്പോൾ ഒരു ജൈനസന്യാസിയായിട്ടുണ്ടു്. അദ്ദേഹവും ജോഷിജിയെപ്പോലെ ഒരു കുടുംബോപദേഷ്ടാവായിരുന്നു. അദ്ദേഹം എന്റെ സഹായത്തിനെത്തി. 'കുട്ടിയെക്കൊണ്ടു ഞാൻ യഥാവിധി ആ പ്രതിജ്ഞകൾ മൂന്നും ചെയ്യിക്കാം. എന്നിട്ടു് അവനെ പോകാൻ അനുവദിക്കാം', അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു. അദ്ദേഹം പ്രതിജ്ഞാവാചകം ചൊല്ലിത്തന്നു. മദ്യം, മാംസം, സ്ത്രീ ഇവയെ തൊടുകയില്ലെന്നു ഞാൻ പ്രതിജ്ഞ ചെയ്തു. അതു കഴിഞ്ഞപ്പോൾ പോകുന്നതിനു അമ്മ അനുവാദം നൽകി.

ബഹുമാനസൂചകമായി എനിക്കു ഹൈസ്കൂളിൽനിന്നും ഒരു യാത്രയയപ്പു നൽകി. രാജ്കോട്ടിലെ ഒരു ചെറുപ്പക്കാരൻ ഇംഗ്ലണ്ടിൽ പോകുന്നതു് ഒരു അസാധാരണ സംഭവമായിരുന്നു. നന്ദിസൂചകമായി ഞാൻ ഏതാനും വാക്കുകൾ എഴുതിയിരുന്നു. എന്നാൽ അതു വല്ലവിധവും വിക്കിവിക്കി പറഞ്ഞൊപ്പിക്കുകയാണുണ്ടായതു്. അതു വായിക്കുവാൻ ഞാൻ എഴുന്നേററു നിന്നപ്പോൾ, എന്റെ തല എങ്ങനെ കറങ്ങിയെന്നും, എന്റെ ശരീരം ആകെ എങ്ങനെ വിറച്ചിരുന്നുവെന്നും ഞാൻ ഓർമിക്കുന്നു.

പ്രായം ചെന്നവരുടെ അനുഗ്രഹാശിസ്സുകളോടെ ഞാൻ ബോംബെയ്ക്കു പുറപ്പെട്ടു.

25

അമ്മയുടെ മരണവാർത്ത ശ്രവിക്കുന്നതു്: ഞാൻ അമ്മയെ കാണാൻ അത്യുൽക്കണ്ഠിതനായിരുന്നു. എന്നെ തിരികെ മാറോടണച്ചു സ്വീകരിക്കാൻ അവർ ജീവനോടിരിക്കുന്നില്ലെന്നു ഞാനറിഞ്ഞില്ല. ഈ സങ്കടവാർത്ത ഇപ്പോൾ എന്നെ അറിയിക്കയും, ഞാൻ പതിവുള്ള ശുദ്ധീകരണങ്ങൾ നടത്തുകയും ചെയ്തു. ഞാൻ ഇംഗ്ളണ്ടിലായിരുന്നപ്പോൾ സംഭവിച്ച അമ്മയുടെ മരണത്തെക്കുറിച്ചുള്ള വാർത്ത എന്റെ ജ്യേഷ്ഠൻ എന്നിൽനിന്നു മറച്ചുവയ്ക്കുകയാണുണ്ടായതു്.

25. An Autobiography, p.63

അദ്ദേഹം ആ ആഘാതം വിദേശത്തുവച്ച് എനിക്കേൽക്കാതെ കഴിക്കാൻ ആഗ്രഹിച്ചു. എങ്കിലും ആ വാർത്ത എനിക്കു കഠിനമായൊരു ഞെട്ടലാണുണ്ടാക്കിയതു്. പക്ഷേ,ഞാൻ അതേക്കുറിച്ചു വിസ്തരിക്കേണ്ടതില്ല. എന്റെ ദുഃഖം അച്ഛന്റെ മരണത്തിലുണ്ടായിരുന്നതിനേക്കാരം ഉൽക്കടമായിരുന്നു. ഞാൻ താലോലിച്ചിരുന്ന പ്രതീക്ഷകളിൽ പലതും തകർന്നു. എന്നാൽ ദുഃഖത്തിന്റെ എന്തെങ്കിലും അനിയന്ത്രിതമായ പ്രകടനങ്ങൾക്കു ഞാൻ സ്വയം വംശവദനായിത്തീർന്നിട്ടില്ല. കണ്ണുനീർ തടയുന്നതിനുപോലും എനിക്കു സാധിച്ചു. ഒന്നും സംഭവിക്കാത്തമട്ടിൽ ജീവിതത്തെ നേരിടുവാനും തുടങ്ങി.

ഡി. സ്നേഹിതന്മാർ: വിശ്വസ്തരും, അവിശ്വസ്തരും

26

'ഇനി സൗഹൃദത്തെക്കുറിച്ചു്. നീ വിവിധ അർത്ഥത്തിൽ സുഹൃത്തു്'' എന്ന വാക്കുപയോഗിച്ചിട്ടുണ്ടു്. കഴിവുണ്ടെങ്കിൽ നമുക്കെല്ലാവക്കും ക്രിസ്തുവിനെപ്പോലുള്ള സുഹൃത്തുക്കളായിത്തീരാം. അവിടെ 'സുഹൃത്തു്' എന്ന വാക്കിനർത്ഥം ദയാപരനായ ഒരു സഹായി എന്നാണു്. നാം തമ്മിലുള്ള സൗഹാർദവും നമ്മേക്കാരം ഉപരിയായിട്ടുള്ളവരുമായുള്ള സൗഹാർദവും ഏകപക്ഷീയമായ ഒന്നാണു്. ഒരു അച്ഛൻ തന്റെ കുട്ടിയുടെ സുഹൃത്താണു്, അങ്ങനെ ആയിരിക്കയും വേണം. അവിടെ അതു നന്മയോടുള്ള കൂട്ടുകെട്ടായിത്തീരുന്നു. സംസ്കൃതത്തിൽ അതിനെ 'സത്സംഗം' എന്നു പറയുന്നു. രണ്ടോ അതിൽ കൂടുതലോ ആളുകൾ തമ്മിലുള്ള സൗഹൃദത്തെപ്പററിയാണു ഞാൻ എഴുതിയതു്. ആ സൗഹൃദത്തിൽ രഹസ്യത്തിനു സ്ഥാനമില്ല; പരസ്പരസഹായം ആ സൗഹൃദത്തിന്റെ അടിയിലുള്ള പ്രേരണയല്ല, സ്വാഭാവികമായ ഫലമാണു്. ആ പ്രേരണയാകട്ടെ ഏതോ അനിർവചനീയമായ ആകർഷണമാണു്; ഇത്തരം ഒററതിരിഞ്ഞുള്ള ബന്ധമാണു് അനാശാസ്യവും ഈശ്വരസായുജ്യത്തിനു വിരുദ്ധവുമായി ഞാൻ കരുതിയതു്. ആത്മകഥയിൽ ഞാൻ വിവരിച്ചിരുന്ന ആളുമായുള്ള എന്റെ സ്നേഹബന്ധം ഇത്തരത്തിലുള്ളതായിരുന്നു.'

---

26. ശ്രീമതി എസ്തർ മേനോനു് 10–2–'26ൽ അയച്ച ഒരു എഴുത്തിൽ നിന്നു്
(My Dear Child, p.78)

അദ്ധ്യായം രണ്ട്

കുട്ടികളുടെ ഗാർഹികപരിശീലനവും വിദ്യാഭ്യാസവും

എ. കുട്ടികളുടെ പരിശീലനത്തെ സംബന്ധിച്ച സാമാന്യതത്ത്വങ്ങൾ

1

ഒരു കുട്ടിയുടെ ജീവിതത്തിന്റെ ആദ്യത്തെ അഞ്ചു വർഷം അതിനു യാതൊന്നും പഠിക്കേണ്ടതില്ലെന്ന ഒരുവക അന്ധവിശ്വാസത്തിനധീനരായാണു നാം വർത്തിക്കുന്നത്. നേരെമറിച്ച് ഒരു കുട്ടി ആദ്യത്തെ അഞ്ചു വർഷത്തിൽ പഠിക്കുന്നത്, പിന്നീടുള്ള ജീവിതത്തിൽ ഒരിക്കലും പഠിക്കുന്നില്ല.[1]

2

ഈശ്വരൻ നമുക്കു നൽകിയിരിക്കുന്ന കണ്ണുകളെ നാം ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തുകയും, വഴിപിഴപ്പിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ശരിയായ വസ്തുക്കളിലേക്കു നാം അതിനെ നയിക്കുന്നില്ല. ഒരു അമ്മ എന്തുകൊണ്ടു ഗായത്രി പഠിച്ചു തന്റെ കുട്ടിയെ അഭ്യസിപ്പിക്കുന്നില്ല? ആ മന്ത്രത്തിന്റെ ആന്തരികമോ അഗാധമോ ആയ അർത്ഥത്തെക്കുറിച്ചു അവരും ബുദ്ധിമുട്ടേണ്ട. അതു സൂര്യനോടുള്ള ആരാധനാബുദ്ധി വളർത്തുന്നുവെന്നുമാത്രം അവരു മനസ്സിലാക്കയും, കുട്ടിക്കു് അങ്ങനെ വിശദീകരിച്ചു കൊടുക്കയും ചെയ്താൽ മതിയാകും. നിങ്ങളുടെ മുൻപിൽ സമർപ്പിക്കുന്ന ഈ വ്യാഖ്യാനം വെറും അസംസ്കൃതമാണു്. നാം സൂര്യനെ എങ്ങനെ ആദരിക്കും? സൂര്യന്റെ നേരെ നോക്കി ഏതാണ്ടൊരു നേത്രപ്രക്ഷാളനം നടത്തിയിട്ടുതന്നെ. ഗായത്രീകർത്താവു് ഒരു ഋഷി—ക്രാന്തദർശി—ആയിരുന്നു. സൂര്യോദയസമയത്തു നമ്മുടെ കൺമുൻപിൽ നടക്കുന്നതുപോലെ മനോഹരമായ ഒരു നാടകം മറ്റെങ്ങും കാണാൻ സാദ്ധ്യമല്ലെന്നു് അദ്ദേഹം നമ്മെ പഠിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടു്. ഈശ്വരനെക്കാരം അധികം മഹാനോ ഉത്കൃഷ്ടനോ ആയ ഒരു രംഗനിർവാഹകനില്ല; ആകാശത്തെക്കാരം മഹത്തരമായ ഒരു രംഗവുമില്ല. എന്നാൽ തന്റെ കുട്ടിയുടെ കണ്ണുകരം കഴുകിയിട്ടു് ആകാശത്തേക്കു നോക്കുവാൻ ആവശ്യപ്പെടുന്ന അമ്മയെവിടെ? നമ്മുടെ നാട്ടിലെ അമ്മമാർ നിർഭാഗ്യവശാൽ മററു സംഗതികളിൽ ശ്രദ്ധ പതിപ്പിച്ചിരിക്കയാണു്. പള്ളിക്കൂടത്തിലെ അവന്റെ വിദ്യാഭ്യാസംമൂലം, കുട്ടി ഒരു വലിയ ഉദ്യോഗസ്ഥനായിത്തീർന്നേക്കാം

---

1. An Autobiography, (1927) p. 148
2. നവജീവൻ, 26–2–'25 (Self–restraint V. Self–indulgence, pp. 58—59)

എന്നാൽ അവൻെറ വീടു് അവൻെറ വിദ്യാഭ്യാസത്തിൽ വ ഹിക്കുന്ന വലിയ പങ്കു് നാം അവഗണിക്കുകയാണു പതിവു്.

അതുപോലെതന്നെ വീട്ടിൽ നടത്താറുള്ള അനാവശ്യമായ സം ഭാഷണങ്ങൾ കുട്ടിയുടെ മനസ്സിൽ വളരെ ഹാനികരമായ ധാരണ കൾ സൃഷ്ടിക്കും. അവനെ വിവാഹം കഴിപ്പിക്കുന്നതിനേക്കുറിച്ചു പ്രായമായവർ സംസാരിക്കും. അവൻെറ ചുററും കാണുന്ന സംഗതി കളും അവനെ വഴിപിഴപ്പിക്കും. കിരാതത്വത്തിൻെറ അഗാധതയി ലേക്കു നാം ആണ്ടുപോയിട്ടില്ലെന്നതാണു് അത്ഭുതം. സംയമം മി ക്കവാറും അസാദ്ധ്യമാക്കിത്തീർക്കുന്ന സാഹചര്യങ്ങളിൽപോലും നാം അതു് അനുഷ്ഠിക്കുന്നു. മനുഷ്യൻെറ കുറവുകൾ വകവയ്ക്കാതെ അവൻ രക്ഷപ്പെടുവാൻ തക്കവണ്ണം ദയാനിധിയായ ഈശ്വരൻ കാ ര്യങ്ങൾ ക്രമീകരിച്ചിരിക്കുന്നു.

3

മീരാബഹൻെറ ജീവിതം നിങ്ങളെയെല്ലാം ചിന്താധീനരാ ക്കേണ്ടതാണു്. അവരുടെ ഹിന്ദിയിലുള്ള കത്തുകൾ നിങ്ങൾക്കു ലഭിക്കുന്നുണ്ടായിരിക്കും. അവരുടെ ലാളിത്യവും സ്നേഹപരമായ പെരുമാററവുംകൊണ്ടു് അവർ ഗുരുകുലത്തിലെ പെൺകുട്ടികളുടെ ഹൃദയം കവർന്നതായി അവരുടെ കത്തുകളിൽനിന്നും ഞാൻ മനസ്സി ലാക്കുന്നു. അവർ പെൺകുട്ടികളോടു സ്വയം ഒന്നുചേർന്നുകഴിഞ്ഞി രിക്കുന്നു. അവർ പഞ്ഞി കടച്ചിലും നൂൽനൂൽപ്പും കുട്ടികളെ നല്ല വണ്ണം പഠിപ്പിക്കുന്നുണ്ടു്. ഒരൊററ നിമിഷംപോലും അവർ വെറു തെ കളയുന്നില്ല. നിങ്ങളിൽനിന്നും അത്തരം ആത്മാർപണമനോ ഭാവവും ത്യാഗവും വിശുദ്ധിയും ഞാൻ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു.

4

കുട്ടികളുടെ വിദ്യാഭ്യാസം പ്രധാനമായും അമ്മമാരെ ആശ്രയി ച്ചിരിക്കുന്നു. ഏതായാലും ആശ്രമത്തിൽ കുട്ടികളെ അഭ്യസിപ്പി ക്കുന്നതിനു ഞാൻ ശ്രമിച്ചുനോക്കും. അമ്മമാരുടെ സഹകരണമില്ലെ ങ്കിൽ എൻെറ ശ്രമങ്ങൾ വിഫലങ്ങളായിത്തീരും. മററുള്ളവർക്കു സ ഹായമായിരിക്കത്തക്കവിധം നമ്മുടെ കുട്ടികളെ നാം വിദ്യാഭ്യാസം ചെയ്യിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. അഭ്യസനത്തിനായി ഒരു കുട്ടി അദ്ധ്യാ പകരുടെ അടുത്തേക്കു പോകുമ്പോൾപോലും തൻെറ അമ്മയുടെ ഹൃദ യത്തോടു ബന്ധിച്ചിരിക്കുന്ന ഒരു ചരടു് അവൻെറ പക്കലുണ്ടായി രിക്കും. തൻെറ അമ്മയുടെ സമീപത്തേയ്ക്കു് എപ്പോൾ മടങ്ങുമെന്നു അവൻ എപ്പോഴും ചിന്തിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കും. ഈ ചരടുകൊണ്ടു് അമ്മ തൻെറ കുട്ടിയെ അവളിലേക്കു് അടുപ്പിക്കുന്നു.

---

3. Bapu's Letters to Ashram Sisters vol. I, pp. 5—6 (13-12-26)
4. Bapu's Letters to Ashram sisters, vol, I, pp. 111—112

നാം ഗീതയോ, രാമായണമോ ഹിന്ദ്സ്വരാജോ വായിക്കും. എന്നാൽ അവയിൽനിന്നും നാം പഠിക്കേണ്ടതു മററുള്ളവരുടെ ക്ഷേമത്തിനുള്ള ആഗ്രഹമാണ്. ഇതു നമ്മുടെ കുട്ടികളേയും പഠിപ്പിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

5

എല്ലാവർക്കും തുല്യമായി അവകാശപ്പെടുത്തിക്കൊടുക്കുവാൻ മാതാപിതാക്കന്മാർക്കു കഴിയുന്ന യഥാർത്ഥ സമ്പത്ത് അവരുടെ സ്വഭാവവും, വിദ്യാഭ്യാസസാദ്ധ്യതകളുമാണ്....തങ്ങളുടെ പുത്രന്മാരെയും, പുത്രിമാരെയും സ്വാശ്രയശക്തരും അദ്ധ്വാനിച്ചു സത്യസന്ധമായ ഒരു ജീവിതമാർഗമുണ്ടാക്കുന്നതിനു കഴിവുള്ളവരും ആക്കിത്തീർക്കുവാൻ മാതാപിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കണം

6

മനുഷ്യവർഗത്തിലെ ഏററവും അധഃസ്ഥിതരായവർക്കുപോലും മനുഷ്യവംശത്തിൻെറ പ്രാഥമികസൽഗുണങ്ങൾ അഭ്യസിക്കുന്നതിനു സാദ്ധ്യമാണെന്നു കുട്ടിക്കാലത്തേ ഞാൻ പഠിക്കുകയും ആ സത്യത്തെ അനുഭവംകൊണ്ടു പരിക്ഷിച്ചുനോക്കുകയും ചെയ്തിട്ടുണ്ട്.

7

അന്തസ്സായ ഒരു ഭവനത്തിനു തുല്യമായ ഒരു വിദ്യാലയമില്ല. സത്യസന്ധരും സൽഗുണസമ്പന്നരുമായ മാതാപിതാക്കന്മാർക്കു തുല്യരായ അധ്യാപകരുമില്ല. ആധുനിക (ഹൈസ്കൂൾ) വിദ്യാഭ്യാസം ഗ്രാമീണരുടെമേൽ ചുമത്തപ്പെടുന്ന ഒരു മഹാഭാരമാണ്. അവരുടെ കുട്ടികൾക്ക് അതു ഒരിക്കലും ലഭിക്കുക സാദ്ധ്യമല്ല; ഭാഗ്യവശാൽ നല്ല ഒരു കുടുംബപരിശീലനമുണ്ടെങ്കിൽ അതിൻെറ കുറവ് അവർക്ക് അനുഭവപ്പെടുകയില്ല.

8

ജന്തുസഹജമായ സുഖാനുഭൂതികളിൽ മുഴുകിക്കഴിയുന്ന സ്ത്രീ പുരുഷന്മാർക്കു തങ്ങളുടെ കുട്ടികളെ മാതൃരാജ്യത്തിൻെറ സേവനത്തിനായി ഒരിക്കലും ഒരുക്കിയെടുക്കുവാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. ആത്മനിയന്ത്രണം തങ്ങളുടെ ജീവിതപ്രമാണമായി സ്വീകരിച്ചിട്ടുള്ളവർക്കുമാത്രമേ അതു ചെയ്യുവാൻ സാധിക്കു. അങ്ങനെയുള്ളവർ കുടുംബവൃത്തത്തിനു പുറത്തുള്ള സേവനത്തിന് എല്ലായ്പോഴും സമയം കാണുകയും ചെയ്യും.

5. യങ് ഇൻഡ്യ, 29—10—'31 (India of My Dreams, p. 224)
6. ഹരിജൻ, 16—5—'33 (For pacifists, p. 82)
7. ഹരിജൻ,23—11—35 (India of My Dreams, p. 144)
8. ഹരിജൻ, 5—5—'46 (Self-restraint V. Self-indulgence, p. 188)

9

രാജ്യത്തെ ഓരോ വീടും ഒരു വിദ്യാലയമാണ്. മാതാപിതാക്കന്മാർ അദ്ധ്യാപകരും. എന്നാൽ അദ്ധ്യാപനം നിർത്തുന്ന മാതാപിതാക്കരം തങ്ങളുടെ വിശുദ്ധമായ ധർമത്തെ വഞ്ചിക്കുകയാണ്.

ബി. ഗാന്ധിജിക്കു വീട്ടിൽ ലഭിച്ചതും അദ്ദേഹം നല്കിയതുമായ പരിശീലനങ്ങൾ

10

ജന്മനാ വൈഷ്ണവവിശ്വാസി ആയിരുന്നതുകൊണ്ടു് എനിക്കു പലപ്പോഴും ഹാവേലിയിലേക്കു പോകേണ്ടിയിരുന്നു. പക്ഷേ, എനിക്കതൊട്ടും ഇഷ്ടമായിരുന്നില്ല. അവിടത്തെ ആഡംബരങ്ങളും ആഘോഷങ്ങളും ഒന്നും ഞാൻ ഇഷ്ടപ്പെട്ടിരുന്നില്ല. അസന്മാർഗികത്വം അവിടെ നിലവിലിരുന്നെന്ന കിംവദന്തി ഞാൻ കേട്ടിരുന്നു. അതുകൊണ്ടു് അതിലുള്ള എൻെറ താത്പര്യമെല്ലാം നഷ്ടപ്പെട്ടു; ഹാവേലിയിൽനിന്നും എനിക്കൊന്നും ലഭ്യമായതുമില്ല.

എന്നാൽ അവിടെ എനിക്കു ലഭിക്കാതിരുന്നതു ഗൃഹത്തിലെ പഴയ ഒരു ജോലിക്കാരിയായിരുന്ന എൻെറ ആയയിൽനിന്നു് എനിക്കു ലഭിച്ചു. അവർക്കെന്നോടുള്ള സ്നേഹം ഞാൻ ഇന്നും ഓർമ്മിക്കുന്നു. ഭൂതപ്രേതാദികളെ ഞാൻ ഭയപ്പെട്ടിരുന്നതായി ഇതിനുമുമ്പു ഞാൻ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടു്. രംഭ—അതായിരുന്നു അവരുടെ പേരു്—ഈ ഭയത്തിനു് ഉപശാന്തിയായി രാമനാമം ജപിക്കുവാൻ ഉപദേശിച്ചു. എനിക്കു് അവരുടെ പ്രതിവിധിയിൽ ഉണ്ടായിരുന്നതിനേക്കാളേറെ വിശ്വാസം അവരിലുണ്ടായിരുന്നു. അതുകൊണ്ടു ഭൂതപ്രേതാദികളെക്കുറിച്ചുള്ള എൻെറ ഭീതി മാറുന്നതിനായി വളരെ ചെറുപ്പത്തിലേ ഞാൻ രാമനാമം ജപിക്കാനാരംഭിച്ചു. ഇതു അല്പകാലത്തേയ്ക്കു ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ. എങ്കിലും കുട്ടിക്കാലത്തു വിതയ്ക്കപ്പെട്ട ആ നല്ല വിത്തു് വെറുതെയായില്ല. നല്ലവളായ ആ സ്ത്രീ—രംഭ—യാൽ വിതയ്ക്കപ്പെട്ട വിത്തു കാരണമാണു് ഇന്നു രാമനാമം എനിക്കു് ഒരിക്കലും പിഴയ്ക്കാത്ത ഒരുപശാന്തിയായിത്തീർന്നിരിക്കുന്നതെന്നു് എനിക്കു തോന്നുന്നു.

ഏകദേശം ഈ സമയത്തു് രാമായണഭക്തനായ എൻെറ ഒരു ബന്ധു, ഞാനും എൻെറ രണ്ടാമത്തെ സഹോദരനും രാമരക്ഷ പഠിക്കുന്നതിനുവേണ്ട ഏർപ്പാടുകരം ചെയ്തു. ഞങ്ങരം അതു മനഃപാഠമാക്കുകയും ദിവസവും കാലത്തു കുളികഴിഞ്ഞു് അതു ഉരുവിടുന്നതു് ഒരു നിയമമാക്കുകയും ചെയ്തു.

---

9. 1920 നവമ്പർ 15–ാം തീയതി ഗുജറാത്തു് മഹാവിദ്യാലയത്തിൻെറ (അഹമ്മദബാദ്) ഉദ്ഘാടനാവസരത്തിൽ ചെയ്ത പ്രസംഗത്തിൽനിന്നു്.

10. An Autobiography, pp. 22—25

എന്നുവരികിലും എൻെറ മനസ്സിൽ അഗാധമായി പതിഞ്ഞതു് അച്ഛൻെറ സന്നിധിയിലുണ്ടായ രാമായണപാരായണമാണു്. അച്ഛൻെറ രോഗത്തിനിടയ്ക്കു കുറെനാഠം പോർബന്തറിലായിരുന്നു. അവിടെവച്ചു ദിവസവും വൈകുന്നേരം അദ്ദേഹം രാമായണം കേഠക്കുക പതിവായിരുന്നു. പാരായണം ചെയ്തിരുന്ന ബിലേശ്വറിലെ ലാധാ മഹാരാജ് വലിയ ഒരു രാമഭക്തനായിരുന്നു.

അദ്ദേഹത്തിനു വളരെ ഇമ്പമേറിയ ഒരു സ്വരമുണ്ടായിരുന്നു. പാരായണത്തിൽ മതിമറന്നു്, കേഠവിക്കാരെ തന്നോടൊപ്പം കൊണ്ടുപോകത്തക്കവണ്ണവും അദ്ദേഹം ദോഹകളും (ഈരടികഠ) ചോപായിസുകളും (ചതുഷ്പദികഠ) പാടി അവയുടെ വിശദീകരണം നല്കുമായിരുന്നു. അന്നു് എനിക്കു പതിമൂന്നു വയസ്സുണ്ടായിരുന്നിരിക്കും; എന്നാൽ അദ്ദേഹത്തിൻെറ പാരായണത്തിൽ ഞാൻ ആകൃഷ്ടനായിരുന്നുവെന്നു ഞാൻ നല്ലവണ്ണം ഓർമിക്കുന്നുണ്ടു്. രാമായണത്തോടുള്ള എൻെറ അഗാധഭക്തിക്കു് അതു അടിസ്ഥാനമിട്ടു. ഭക്തിപരമായ കൃതികളിൽ തുളസീദാസരാമായണത്തെ ഏററവും ഉത്കൃഷ്ടമായ പുസ്തകമായി ഇന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു.

ഇതു കഴിഞ്ഞു കുറെ മാസങ്ങഠക്കുശേഷം ഞങ്ങഠ രാജ്കോട്ടിൽ വന്നു. അവിടെ രാമായണപാരായണമില്ലായിരുന്നു. എല്ലാ ഏകാദശി ദിവസവും ഭാഗവതം പാരായണം ചെയ്യുമായിരുന്നു. ചിലപ്പോഠ ഞാൻ അതു കേഠക്കുമായിരുന്നു. എന്നാൽ പാരായണക്കാരൻ പ്രചോദനം നല്കുവാൻ കഴിവില്ലാത്തവനായിരുന്നു. ഭാഗവതം മതപരമായ ആവേശം ഉണ്ടാക്കാൻ പര്യാപ്തമായ ഒരു പുസ്തകമാണെന്നു് ഇന്നു ഞാൻ കാണുന്നു. അത്യധികമായ താത്പര്യത്തോടുകൂടി ഞാൻ അതു ഗുജറാത്തിയിൽ വായിച്ചിട്ടുണ്ടു്. എൻെറ ഇരുപത്തിയൊന്നു ദിവസത്തെ ഉപവാസത്തിനിടയ്ക്കു് അതിൻെറ മൂലകൃതിയിൽനിന്നുള്ള ഭാഗങ്ങഠ പണ്ഡിത മദനമോഹന മാളവ്യ പാരായണം ചെയ്തു കേട്ടപ്പോഠ, ചെറുപ്പത്തിൽതന്നെ അതിനോടു താത്പര്യം ജനിക്കത്തക്കവണ്ണം, കുട്ടിക്കാലത്തു് അദ്ദേഹത്തെപ്പോലൊരു ഭക്തനിൽനിന്നു് അതു കേട്ടിരുന്നുവെങ്കിൽ എന്നു ഞാൻ ആഗ്രഹിച്ചു. ആ പ്രായത്തിൽ ഉണ്ടാകുന്ന ധാരണകഠ ഒരാളുടെ സ്വഭാവത്തിലേക്കു് ആഴത്തിൽ വേരുറപ്പിക്കും. അക്കാലത്തു് ഇത്തരം നല്ല പുസ്തകങ്ങഠ കൂടുതൽ പാരായണം ചെയ്തു കേഠക്കുവാൻ എനിക്കു ഭാഗ്യമുണ്ടായില്ലെന്നതു് എൻെറ നിത്യദുഃഖമാണു്.

ഏതായാലും രാജ്കോട്ടിൽവച്ചു് ചെറുപ്പത്തിൽത്തന്നെ, ഹിന്ദുമതത്തിൻെറ എല്ലാ ശാഖകളോടും മററു മതങ്ങളോടുമുള്ള സഹിഷ്ണതയുടെ അടിസ്ഥാനം എനിക്കു ലഭിച്ചിരുന്നു. എൻെറ അച്ഛനും, അമ്മയും ഹാവേലിയും, അതുപോലെ ശിവക്ഷേത്രവും, രാമക്ഷേത്രവും സന്ദർശിക്കയും ഞങ്ങളെ കൂടെ കൊണ്ടുപോവുകയോ,

കുട്ടികളായ ഞങ്ങളെ തനിയെ അവിടേയ്ക്കയയ്ക്കുകയോ ചെയ്യുമായിരുന്നു. ജൈനസന്യാസിമാരും കൂടെക്കൂടെ അച്ഛനെ സന്ദർശിക്കുകയും ചിലപ്പോഴും അവരുടെ രീതിക്കു വിപരീതമായി ജൈനരല്ലായിരുന്ന ഞങ്ങളിൽനിന്നു് ഭക്ഷണം സ്വീകരിക്കയും ചെയ്തിരുന്നു. മതപരവും, ലൗകികവുമായ വിഷയങ്ങളെക്കുറിച്ച് അവർ അച്ഛനുമായി സംസാരിച്ചിരുന്നു.

ഇതു കൂടാതെ അദ്ദേഹത്തിനു മുസൽമാന്മാരും പാഴ്സികളുമായ സ്നേഹിതന്മാരുമുണ്ടായിരുന്നു. ആദരവോടും പലപ്പോഴും താത്പര്യത്തോടുംകൂടി അദ്ദേഹം അവർ പറയുന്നതു ശ്രദ്ധിക്കുമായിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തെ ശുശ്രൂഷിക്കേണ്ടതുകൊണ്ടു് ഇത്തരം സംസാരവേളയിൽ സന്നിഹിതനാകാനുള്ള അവസരം എനിക്കു മിക്കപ്പോഴും ലഭിച്ചിരുന്നു. ഇത്തരം പല കാര്യങ്ങളും ഒത്തുചേർന്നു് എല്ലാ മതങ്ങളോടുമുള്ള സഹിഷ്ണത എന്നിൽ ദൃഢമായി ഉറപ്പിച്ചു.

എന്നാൽ മററു മതങ്ങളോടു സഹിഷ്ണത കാണിക്കുവാൻ ഞാൻ പഠിച്ചുവെന്നുള്ള വസ്തുതയ്ക്കു് എനിക്കു് ഈശ്വരനിൽ സജീവമായ വിശ്വാസമുണ്ടായിരുന്നുവെന്നു് അർത്ഥമില്ല. ഏകദേശം ഈ അവസരത്തിൽ അച്ഛൻെറ ഗ്രന്ഥശേഖരത്തിനിടയ്ക്കുണ്ടായിരുന്ന മനുസ്മൃതി ഞാൻ കാണാനിടയായി. സൃഷ്ടിയെക്കുറിച്ചും, അത്തരം മററു കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ചും അതിലുണ്ടായിരുന്ന കഥകൾ എന്നിൽ അത്രയധികം പതിഞ്ഞില്ല. നേരെമറിച്ചു നിരീശ്വരത്വത്തിലേക്കു് ഏതാണ്ടു ചായുന്നതിനു് അതെന്നെ പ്രേരിപ്പിക്കുകയാണുണ്ടായതു്.

എനിക്കു വലിയ ബഹുമാനമുണ്ടായിരുന്ന ഒരു മച്ചുനനുണ്ടായിരുന്നു. ഇന്നും അദ്ദേഹം ജീവിച്ചിരിപ്പുണ്ടു്. എൻെറ സംശയങ്ങളുമായി ഞാൻ അദ്ദേഹത്തെ സമീപിച്ചു. പക്ഷേ അദ്ദേഹത്തിനു് അവ പരിഹരിക്കുവാൻ സാധിച്ചില്ല. 'നീ വളരുമ്പോൾ, ഈ സംശയങ്ങൾ നിനക്കുതന്നെ പരിഹരിക്കുവാൻ സാധിക്കും. നിൻെറ ഈ പ്രായത്തിലുള്ളവർ ഇത്തരം പ്രശ്നങ്ങൾ ഉന്നയിച്ചുകൂടാ. എന്നു പറഞ്ഞു് അദ്ദേഹം എന്നെ തിരിച്ചയച്ചു. ഞാൻ മൗനമവലംബിച്ചു. പക്ഷേ തൃപ്തനായില്ല. മനുസ്മൃതിയിൽ, ആഹാരക്രമത്തെക്കുറിച്ചും അത്തരം മററു പലതിനെക്കുറിച്ചുമുള്ള അദ്ധ്യായങ്ങൾ ദിനംപ്രതിയുള്ള പതിവിനു വിരുദ്ധമായി എനിക്കു തോന്നി. ഇതിനെ സംബന്ധിച്ച സംശയങ്ങൾക്കും എനിക്കു് അതേ ഉത്തരം ലഭിച്ചു. 'ബുദ്ധിവൈഭവം കൂടുതൽ വികസിക്കുകയും, വായന വർദ്ധിക്കുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ ഞാൻ അതു കുറെക്കൂടി നന്നായി മനസ്സിലാക്കിക്കൊള്ളും.' എന്നു ഞാൻ സ്വയം പറഞ്ഞു.

എന്തായാലും അഹിംസയെക്കുറിച്ചു മനുസ്മൃതി അന്നെന്നെ പഠിപ്പിച്ചില്ല. എൻെറ മാംസഭോജനത്തിൻെറ കഥ ഞാൻ പറ

ഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. മനുസ്മൃതി അതിനെ പിൻതാങ്ങുന്നതായി കാണപ്പെട്ടു. പാമ്പുകറം, കീടങ്ങറം തുടങ്ങിയവയെ കൊല്ലുന്നതു വളരെ ധാർമികമായി എനിക്കു തോന്നി. ഒരു ചുമതലയാണെന്നു കരുതി മൂട്ടകളെയും അത്തരം ക്ഷുദ്രജീവികളെയും ആ പ്രായത്തിൽ കൊന്നിരുന്നതായി ഞാൻ ഓർമിക്കുന്നു.

എന്നിൽ ആഴത്തിൽ വേരുറച്ചിരുന്ന ഒരു വസ്തുത സന്മാർഗബോധമാണ് സകല സംഗതികളുടെയും അടിസ്ഥാനമെന്നും, എല്ലാ സാന്മാർഗികതയുടെയും സാരാംശം സത്യമാണെന്നുമുള്ള വിശ്വാസമായിരുന്നു. സത്യം എന്റെ മുഖ്യമായ ലക്ഷ്യമായിത്തീർന്നു. ദിവസംപ്രതി അതിന്റെ പരിണാമം വർദ്ധമാനമാകയും, അതിനെക്കുറിച്ചുള്ള എന്റെ നിർവചനം എപ്പോഴും വിസ്തൃതമാകയും ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നു.

അതുപോലെതന്നെ ഒരു ഗുജറാത്തി നീതിസാരപദ്യം എന്റെ മനസ്സിനെയും ഹൃദയത്തെയും ആകർഷിച്ചു. തിന്മയ്ക്കു പകരം നന്മ ചെയ്യുക എന്ന അതിന്റെ സിദ്ധാന്തം എന്നെ നയിക്കുന്ന പ്രമാണമായിത്തീർന്നു. തത്സംബന്ധമായി അനേകം പരീക്ഷണങ്ങറം നടത്താൻ പ്രേരകമാകുമാറ്, അതു് എന്റെ ഒരു തീവ്രവികാരമായിത്തീർന്നു....

11

അച്ഛൻ വാങ്ങിച്ച ഒരു പുസ്തകത്തിൽ എങ്ങനെയൊ എന്റെ കണ്ണുകറം പതിഞ്ഞു. അതു ശ്രാവണപിതൃഭക്തി നാടകമായിരുന്നു (മാതാപിതാക്കളോടു ശ്രാവണനുണ്ടായിരുന്ന ഭക്തിയെക്കുറിച്ചുള്ള നാടകം). അതീവ താത്പര്യത്തോടെ ഞാനതു വായിച്ചു. ഏകദേശം അതേ കാലത്തു ഞങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തു സഞ്ചാരികളായ നാടകപ്രദർശനക്കാർ വന്നുചേർന്നു. ശ്രാവണൻ തന്റെ മാതാപിതാക്കളെ തീർത്ഥയാത്രയ്ക്കു കൊണ്ടുപോകുന്നതായിരുന്നു പ്രദർശിപ്പിച്ച രംഗങ്ങളിൽ ഒരെണ്ണം. പുസ്തകവും ചിത്രവും എന്റെ മനസ്സിൽ മായാത്ത മുദ്ര പതിപ്പിച്ചു. 'നിനക്കു് അനുകരിക്കാവുന്ന മാതൃക ഇതാ' എന്നു ഞാൻ എന്നോടു സ്വയം പറഞ്ഞു. ശ്രാവണന്റെ മരണത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അവന്റെ മാതാപിതാക്കന്മാരുടെ വേദനാനിർഭരമായ രോദനം ഇപ്പോഴും എന്റെ സ്മരണയിൽ വ്യക്തമായിട്ടുണ്ട്. ആർദ്രമായ ആ രംഗം എന്നെ അഗാധമായി സ്പർശിച്ചു. അച്ഛൻ എനിക്കായി വാങ്ങിയിരുന്ന ഒരു മോർശംഖിൽ ഞാൻ അതു വായിച്ചിരുന്നു.

മറെറാരു നാടകത്തെ സംബന്ധിച്ചും അത്തരം ഒരു സംഭവമുണ്ടായിരുന്നു. ഏതാണ്ട് ഇതേസമയത്തു് ഒരു പ്രത്യേക നാടകക്ക

11. An Autobiography, pp. 5—6

മ്പനി അഭിനയിച്ചിരുന്ന ഒരു നാടകം കാണുവാനുള്ള അനുവാദം ഞാൻ അച്ഛനിൽനിന്നു സമ്പാദിച്ചു. ഹരിശ്ചന്ദ്രൻ എന്ന ഈ നാടകം എന്റെ ഹൃദയത്തെ ആകർഷിച്ചു. അതു കാണുന്നതിൽ എനിക്കു ഒരിക്കലും മടുപ്പു തോന്നിയില്ല. പക്ഷേ, അതു കാണാൻ പോകുന്നതിനു് എത്ര പ്രാവശ്യം എന്നെ അനുവദിക്കും! അതെന്നെ അലട്ടിക്കൊണ്ടിരുന്നു. എണ്ണമററ തവണ ഞാൻ സ്വയം ഹരിശ്ചന്ദ്രനായി അഭിനയിച്ചിട്ടുണ്ടു്. 'എന്തുകൊണ്ടു' എല്ലാവർക്കും ഹരിശ്ചന്ദ്രനെപ്പോലെ സത്യസന്ധരായിക്കൂടാ?' ഇതായിരുന്നു പകലും രാവും ഞാൻ സ്വയം ചോദിച്ചിരുന്ന ചോദ്യം. സത്യത്തെ പിൻതുടരുകയും, ഹരിശ്ചന്ദ്രൻ അനുഭവിച്ച എല്ലാ പരീക്ഷണങ്ങളിലൂടെയും കടന്നുപോകയും ചെയ്യുക എന്നതായിരുന്നു എന്നിൽ അതു് ഉത്തേജിപ്പിച്ച ഒരാദർശം. ഹരിശ്ചന്ദ്രന്റെ കഥ ഞാൻ അക്ഷരാർത്ഥത്തിൽ വിശ്വസിച്ചു. അതിനെക്കുറിച്ചെല്ലാമുള്ള ചിന്ത എന്നെ പലപ്പോഴും കരയിച്ചിരുന്നു. എന്റെ സാമാന്യബുദ്ധി ഇന്നെന്നോടു പറയുന്നു, ഹരിശ്ചന്ദ്രൻ ഒരു ചരിത്രപുരുഷനായിരിക്കയില്ലെന്നു്. എന്നവരികിലും ഹരിശ്ചന്ദ്രനും ശ്രാവണനും എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ജീവിക്കുന്ന യാഥാർത്ഥ്യങ്ങളാണു്. ഇന്നും ആ നാടകങ്ങൾ വായിക്കയാണെങ്കിൽ അന്നത്തെപ്പോലെ ഞാൻ ഇളകിപ്പോകുമെന്നതു തീർച്ചയാണു്

12

ഹിന്ദുമതത്തിന്റെ ഏററവും വലിയ കളങ്കമായി അയിത്തത്തെ ഞാൻ കരുതുന്നു....കഷ്ടിച്ചു് എനിക്കു പന്ത്രണ്ടുവയസ്സേ ഉണ്ടായിരിക്കു; അപ്പോഴാണു് ആ ആശയം എന്നിൽ ഉദയം ചെയ്തതു്. കക്കൂസു വൃത്തിയാക്കുന്നതിനു് 'ഉക്ക' എന്ന പേരുള്ള ഒരു 'തൊട്ടുകൂടാത്തവൻ' ഞങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ വരുമായിരുന്നു. അയാളെ തൊടുന്നതു് എന്തുകൊണ്ടാണു തെററാകുന്നതെന്നും, എന്തുകൊണ്ടാണു് അയാളെ എനിക്കു തൊട്ടുകൂടാത്തതെന്നും പലപ്പോഴും ഞാൻ അമ്മയോടു ചോദിക്കുമായിരുന്നു. അവിചാരിതമായി ഞാൻ ഉക്കയെ സ്പർശിക്കയാണെങ്കിൽ ശുദ്ധീകരണം നടത്തുന്നതിനു ഞാൻ നിർബന്ധിതനായിരുന്നു. സ്വാഭാവികമായി ഞാൻ അതു് അനുസരിച്ചിരുന്നുവെങ്കിലും മതം അയിത്തത്തെ അനുവദിച്ചിട്ടില്ലെന്നും അങ്ങനെ അനുവദിക്കുക അസാധ്യമാണെന്നും പറഞ്ഞു് ചിരിച്ചുകൊണ്ടു ഞാൻ എതിർത്തിരുന്നു. ഞാൻ വളരെ ചുമതലബോധവും അനുസരണയും ഉള്ള കുട്ടിയായിരുന്നു. മാതാപിതാക്കന്മാരോടുള്ള ബഹുമാനം അനുവദിക്കുന്നിടത്തോളം ഈ സംഗതിയെക്കുറിച്ചു ഞാൻ പലപ്പോഴും അവരോടു മല്ലുപിടിച്ചിരുന്നു. ഉക്കയെ തൊടുന്നതു പാപമാണെ

---

12. യങ് ഇൻഡ്യ, 27-4-1921 (അഹമ്മദ്ബാദിൽവച്ചു് നടന്ന അധഃകൃതവർഗസമ്മേളനത്തിൽ ചെയ്ത പ്രസംഗത്തിൽ നിന്നു്) (The Removal of Untouchability, pp 3-4)

ന്ന കരുതുന്നതിൽ അമ്മ തികച്ചും തെററുകാരിയാണെന്നു് അമ്മയോടു ഞാൻ പറയുമായിരുന്നു.

വിദ്യാലയത്തിലായിരുന്നപ്പോഠം ഞാൻ പലപ്പോഴും തൊട്ടുകൂടാത്തവരെ തൊടാനിടയായിട്ടുണ്ടു്. ഞാൻ എന്റെ മാതാപിതാക്കളിൽനിന്നും വസ്തുതകഠം മറെച്ചുവച്ചില്ലാതിരുന്നതുകൊണ്ടു്, ശുദ്ധീകരണത്തിനുള്ള ഏററവും എളുപ്പമായ മാർഗം അശുദ്ധസ്പർശനത്തിനുശേഷം അതിനു പ്രതിവിധിയായി അടുത്തുകൂടി കടന്നുപോകുന്ന ഒരു മുസൽമാനെ സ്പർശിക്കുകയാണെന്നു് അമ്മ എന്നോടു പറയുമായിരുന്നു. അമ്മയോടുള്ള ഭക്തിയും ബഹുമാനവുംമൂലം ഞാൻ പലപ്പോഴും അങ്ങനെ ചെയ്തിരുന്നു. എന്നാൽ അതൊരു മതപരമായ ചുമതലയായി കരുതി ഞാൻ ഒരിക്കലും അങ്ങനെ ചെയ്തിരുന്നില്ല.

കുറച്ചു കാലത്തിനുശേഷം ഞങ്ങഠം പോർബന്ദറിലേക്കു മാറി. അവിടെവച്ചാണു ഞാൻ സംസ്കൃതവുമായി ആദ്യം പരിചയപ്പെട്ടതു്. അതുവരെ ഞാൻ ഇംഗ്ലീഷ്‌വിദ്യാലയത്തിൽ ചേർന്നിരുന്നില്ല. ഞാനും എന്റെ സഹോദരനും ഒരു ബ്രാഹ്മണന്റെ ചുമതലയിലായിരുന്നു. അദ്ദേഹം ഞങ്ങളെ രാമരക്ഷയും, വിഷ്ണുപൂജയും പഠിപ്പിച്ചിരുന്നു. 'ജലേ വിഷ്ണു, സ്ഥലേ വിഷ്ണു' (ഈശ്വരൻ വെള്ളത്തിലുണ്ടു്, ഈശ്വരൻ ഭൂമിയിലുണ്ടു്)എന്ന ഭാഗം എന്റെ സ്മരണയിൽനിന്നും പോയിട്ടേയില്ല. മാതൃതുല്യയായ ഒരു വൃദ്ധ ഞങ്ങളുടെ വളരെ അടുത്തു താമസിച്ചിരുന്നു. അന്നു ഞാൻ വലിയ ഭീരുവായിരുന്നു. പ്രകാശം അണഞ്ഞു് ഇരുട്ടു വ്യാപിക്കുമ്പോഴെല്ലാം ഭൂതങ്ങളെയും പിശാചുക്കളെയും ഞാൻ മനസ്സിൽ സങ്കൽപ്പിച്ചിരുന്നു. എന്റെ ഭയം നീക്കുന്നതിനു്, ഭയം തോന്നുമ്പോഴെല്ലാം രാമരക്ഷയിലെ ഭാഗങ്ങഠം ഉരുവിടണമെന്നും അപ്പോഠം എല്ലാ ദുഷ്ടാത്മാക്കളും പറന്നകലുമെന്നും ആ വൃദ്ധമാതാവു പറഞ്ഞുതന്നിരുന്നു. ഞാൻ അതു ചെയ്തു, നല്ല ഫലമുണ്ടായെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു. തൊട്ടുകൂടാത്തവരെ സ്പർശിക്കുന്നതു് ഒരു പാപമാണെന്നു ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്ന ഏതെങ്കിലും ഒരു ഭാഗം രാമരക്ഷയിലുണ്ടെന്നു ഒരിക്കലും എനിക്കു വിശ്വസിക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞിരുന്നില്ല. അതിന്റെ അർത്ഥം അന്നു ഞാൻ ഒരിക്കലും മനസ്സിലാക്കിയിരുന്നില്ല; മനസ്സിലാക്കിയിരുന്നുവെങ്കിലും അതു വളരെ അപൂർണമായിട്ടായിരുന്നു. എന്നാൽ എല്ലാ പ്രേതഭീതിയും നശിപ്പിക്കുന്ന രാമരക്ഷ, തൊട്ടുകൂടാത്തവരെ സ്പർശിക്കുന്നതിനെപ്പററിയുള്ള ഭീതിയെ അംഗീകരിക്കുകയില്ലെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിച്ചിരുന്നു.

ഞങ്ങളുടെ കുടുംബത്തിൽ രാമായണം മുറയ്ക്കു പാരായണംചെയ്തിരുന്നു. ലാധാമഹാരാജാവു് എന്ന ഒരു ബ്രാഹ്മണൻ അതു പാരായണംചെയ്യുക പതിവായിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തിനു കുഷ്ഠം പിടിപെട്ടിരുന്നു. രാമായണത്തിന്റെ പതിവായ പാരായണം അതു സുഖപ്പെടുത്തുമെന്നു് അദ്ദേഹം വിശ്വസിച്ചിരുന്നു. യഥാർത്ഥത്തിൽ അദ്ദേഹത്തിന്റെ രോഗം സുഖപ്പെടുകയും ചെയ്തു ഇന്നു തൊട്ടുകൂടാ

ത്തവൻ എന്നു കരുതപ്പെട്ടുന്ന ഒരുവനാണു രാമനെ അന്നു തന്റെ വള്ളത്തിൽ കയററി ഗംഗ കടത്തിയതെന്നു വിവരിച്ചിരിക്കുന്ന രാമായണം, അശുദ്ധാത്മാക്കൾ എന്ന കാരണത്താൽ ആരെയെങ്കിലും തൊട്ടുകൂടാത്തവനായി കരുതുക എന്ന ആശയത്തെ എങ്ങനെ അനുകൂലിക്കുമെന്നു ഞാൻ ആലോചിച്ചു. 'പതിതപാവനൻ' മുതലായ വിശേഷണങ്ങൾകൊണ്ടാണ് നാം ഈശ്വരനെ സംബോധന ചെയ്യാറുള്ളതെന്ന വസ്തുതതന്നെ ഹൈന്ദവനായി ജനിച്ച ആരെയെങ്കിലും അശുദ്ധനെന്നോ തൊട്ടുകൂടാത്തവനെന്നോ കരുതുന്നതു പാപമാണെന്നും, അതു പൈശാചികമാണെന്നും കാണിക്കുന്നു. അതിൽ പിന്നെ അതൊരു വലിയ പാപമാണെന്ന് എത്ര ആവർത്തിച്ചു പറഞ്ഞിട്ടും എനിക്കു മതിവന്നിട്ടില്ല. പന്ത്രണ്ടാമത്തെ വയസ്സിൽ ഈ വസ്തുത എന്നിൽ ഒരു വിശ്വാസമായി രൂപീകരിക്കപ്പെട്ടിരുന്നതായി ഞാൻ ഭാവിക്കുന്നില്ല. എങ്കിലും, അയിത്തം ഒരു പാപമായി ഞാൻ അന്നു കരുതിയിരുന്നുവെന്നു എനിക്കു പറയാൻ കഴിയും. വൈഷ്ണവരുടെയും, യാഥാസ്ഥിതിക ഹൈന്ദവരുടെയും അറിവിനായി ഞാൻ ഇതു വിവരിക്കുന്നു.

നാല്

ഭക്ഷണം, ആരോഗ്യം, ശുചിത്വം

പീഠിക

1

മനുഷ്യൻ, അവൻ ഭക്ഷിക്കുന്നതുതന്നെ ആയിത്തീരുമെന്നുള്ള പഴഞ്ചൊല്ലിൽ വളരെയേറെ സത്യമുണ്ട്. ഭക്ഷണം എത്രത്തോളം പരുക്കനാകുന്നുവോ അത്രത്തോളം ശരീരവും പരുക്കനാകുന്നു.

2

....മിതവും സമീകൃതവുമായ ആഹാരം എല്ലാ വ്യക്തികൾക്കും ഒന്നായിരിക്കയില്ല. ഉചിതമായ പഠനവും, സൂക്ഷ്മമായ ചിന്തയും കൊണ്ട് ഇത് ഓരോ വ്യക്തിക്കും തന്നത്താൻ, ഏററവും നന്നായി കണ്ടുപിടിക്കുവാൻ കഴിയും.

3

ശാരീരികാവശ്യങ്ങളുടെ സംതൃപ്തിക്കുവേണ്ടി നമ്മുടെ സഹജീവികളെ നിഗ്രഹിക്കുന്നതു നാം അവസാനിപ്പിക്കേണ്ടതു് ആദ്ധ്യാത്മികപുരോഗതിക്ക് ഏതെങ്കിലും ഒരു ഘട്ടത്തിൽ ആവശ്യമാവുമെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു.

4

എന്തായാലും ആഹാരത്തിന്റെ സ്വാദിൽ താൽപര്യമെടുക്കുന്നതു തെററാണെന്നു് അനുഭവം എന്നെ പഠിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഒരുവൻ നാക്കിന്റെ സ്വാദിനെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുവാൻ വേണ്ടിയല്ല ശരീരത്തെ നിലനിർത്തുവാൻവേണ്ടി മാത്രമാണു് ആഹാരം കഴിക്കേണ്ടതു്. ജ്ഞാനേന്ദ്രിയങ്ങൾ ഓരോന്നും ശരീരത്തെയും ശരീരത്തിൽകൂടി ആത്മാവിനെയും സേവിക്കുമ്പോൾ അവയുടെ പ്രത്യേകമായുള്ള രുചികൾ അപ്രത്യക്ഷമാകുന്നു. അപ്പോൾമാത്രമാണു്, പ്രകൃതി

---

1. ഹരിജൻ,5–8–'33 (India of My Dreams, p. 157)
2. ഹരിജൻ, 1–9—'46 (Nature Cure, p. 52)
3. India's Case for Swaraj, p. 402 (India of My Dreams, p. 157)
4. An Autobiography part 4. ch. 27 (1925) p. 237

ഉദ്ദേശിച്ചിരിക്കുന്ന മാർഗത്തിൽ അവ പ്രവർത്തിക്കാൻ ആരംഭിക്കുന്നു.

പ്രകൃതിയുമായുള്ള ഈ സ്വരച്ചേർച്ച ആർജിക്കുന്നതിൽ എത്രയധികം പരീക്ഷണങ്ങളും തുലോം തുച്ഛമാണ്; ഏതു ത്യാഗവും അത്ര വലുതുമല്ല. എന്നാൽ നിർഭാഗ്യവശാൽ ഇക്കാലത്തു പ്രവാഹം അതിശക്തമായി എതിർവശത്തേക്കാണ്. നശ്വരമായ ശരീരത്തെ അലങ്കരിക്കുന്നതിനും, ക്ഷണികമായ ഏതാനും ചഞ്ചലനിമിഷങ്ങളിലേക്കുകൂടി അതിന്റെ നിലനിൽപ്പ് ദീർഘിപ്പിക്കുന്നതിനുംവേണ്ടി, മററു നിരവധി ജീവിതങ്ങളെ ബലികഴിക്കുന്നതിൽ നാം ലജ്ജിക്കുന്നില്ല. അതിന്റെ ഫലമായി ശാരീരികമായും ആധ്യാത്മികമായും നാം നമ്മെത്തന്നെ നിഗ്രഹിക്കുന്നു. പഴയ ഒരു രോഗം ശമിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള ശ്രമത്തിൽ നൂറു പുതിയവയെ നാം സൃഷ്ടിക്കുന്നു. ഇന്ദ്രിയസുഖം ആസ്വദിക്കുന്നതിനുള്ള ശ്രമത്തിൽ ആസ്വാദനത്തിനുള്ള നമ്മുടെ കഴിവിനെത്തന്നെ നാം നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്നു. ഇവയെല്ലാം നമ്മുടെ സ്വന്തം കണ്ണുകൾക്കു മുമ്പിൽക്കൂടി കടന്നുപോകുന്നു. പക്ഷേ, കാണാത്തവരെപ്പോലെ അന്ധന്മാരായി മററാരുമില്ല.

5

....ആത്മാവു തിന്നുകയോ കുടിക്കുകയോ ചെയ്യാത്തതുകൊണ്ട് ഒരാൾ തിന്നുന്നതും കുടിക്കുന്നതുമെന്തോ അതിനോട് ആത്മാവിനു യാതൊരു ബന്ധവുമില്ലെന്നും, പുറത്തുനിന്ന് അകത്തേക്കു നിറയ്ക്കുന്നതെന്തോ അതല്ല, ഉള്ളിൽനിന്നു പുറത്തേക്കു പ്രകാശിപ്പിക്കുന്നതാണു പ്രാധാന്യം അർഹിക്കുന്നതെന്നും ചിലർ വാദിക്കുന്നതായി എനിക്കറിയാം. സംശയമില്ല, ഈ വാദത്തിനു കുറെ യുക്തിയുണ്ട്. ഈ വാദഗതി പരിശോധിക്കുന്നതിനേക്കാൾ എന്റെ ഉറച്ച വിശ്വാസം പ്രഖ്യാപിക്കുന്നതുകൊണ്ടുമാത്രം ഞാൻ സ്വയം തൃപ്തനായിക്കൊള്ളാം; ഈശ്വരഭയത്തിൽ ജീവിക്കുകയും, ഈശ്വരനെ മുഖത്തോടുമുഖം കാണുകയും ചെയ്യുന്ന അന്വേഷകന്, ചിന്തയുടെയും സംസാരത്തിന്റെയും നിയന്ത്രണംപോലെതന്നെ ഭക്ഷണത്തിന്റെ അളവിലും ഗുണത്തിലും ഉള്ള നിയന്ത്രണവും ആവശ്യമാണ്.

6

മനുഷ്യന് ഔഷധങ്ങളുടെ ആവശ്യം ഇല്ലെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. ആയിരത്തിൽ, തൊള്ളായിരത്തിത്തൊണ്ണൂററിയൊൻപതു കാര്യങ്ങളും ക്രമീകൃതാഹാരം, വെള്ളം, മണ്ണുചികിത്സ, അതു

5. An Autobiography, part 4, ch. 27 (1925) p. 201
6. An Autobiography, part 4 ch, 27 (1925) (India of My Dreams, p. 157)

പോലെയുള്ള മററു ഗാർഹികചികിത്സാവിധികൾ ഇവകൊണ്ടു ഭേദപ്പെടുത്താവുന്നതാണു്.

7

പിശാചിന്റെ ആധിപത്യം ചെറുത്തു്, ഈശ്വരന്റെ നിയമങ്ങൾക്കു വിധേയനായി ജീവിച്ചാൽ മാത്രമേ പരിപൂർണാരോഗ്യം ലഭ്യമാകയുള്ളു. യഥാർത്ഥ ആരോഗ്യമില്ലാതെ യഥാർത്ഥ സന്തോഷം അസാധ്യമാണു്. രസനയുടെ കർശനമായ നിയന്ത്രണം കൂടാതെ യഥാർത്ഥ ആരോഗ്യവും അസാധ്യമാണു്. സ്വാദു് നിയന്ത്രണാധീനമാകുമ്പോൾ മററു് ഇന്ദ്രിയങ്ങളും സ്വാഭാവികമായി നിയന്ത്രണാധീനമായിക്കൊള്ളും. തന്റെ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ കീഴടക്കിയവൻ യഥാർത്ഥത്തിൽ ലോകത്തെ മുഴുവൻ കീഴടക്കിയിരിക്കുന്നു. അവൻ ഈശ്വരന്റെ ഒരു ഭാഗമായിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നു.

അദ്ധ്യായം ഒന്നു്

ആഹാരക്രമം

എ. വിവിധ വശങ്ങൾ

1

ശരീരത്തെ പോഷിപ്പിക്കുന്ന പദാർത്ഥം ആഹാരമാണു്. അതുകൊണ്ടു് ആഹാരം ജീവനാണെന്നു പറയപ്പെടുന്നു.

ആഹാരത്തെ മൂന്നായി തരംതിരിക്കാം: സസ്യാഹാരം, മാംസാഹാരം, മിശ്രം. മാംസാഹാരത്തിൽ പറവയും മത്സ്യവും ഉൾപ്പെടുന്നു. പാൽ ഒരു മൃഗോത്പന്നമാണു്. അതിനെ ഖണ്ഡിതമായ സസ്യാഹാരത്തിൽ ഒരു പ്രകാരത്തിലും ഉൾപ്പെടുത്താവുന്നതല്ല. അതു മാംസത്തിന്റെ ഉദ്ദേശ്യം വളരെയേറെ നിർവഹിക്കുന്നുണ്ടു്. വൈദ്യഭാഷയിൽ അതു മൃഗത്തിൽനിന്നുള്ള ആഹാരമായി തരംതിരിച്ചിട്ടുണ്ടു്. പാൽ ഒരു മാംസാഹാരമായി ഒരു സാധാരണക്കാരൻ കരുതുന്നില്ല. നേരെമറിച്ച് മുട്ട മാംസാഹാരമായി സാധാരണക്കാർ കരുതുന്നു. യഥാർത്ഥത്തിൽ അവ അങ്ങനെ അല്ലതാനും. ഇപ്പോൾ വന്ധ്യമായ മുട്ടകളും ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നുണ്ടു്. പിടക്കോഴി പൂവൻകോഴിയെ കാണുന്നതിനു് അനുവദിക്കപ്പെടുന്നില്ല. എങ്കിലും അവ മുട്ടയിടുന്നു. വന്ധ്യമായ മുട്ട ഒരിക്കലും കോഴിക്കുഞ്ഞായിത്തീരുക

7. Guide to Health (Selections from Gandhi, No. 131)
1. Key to Health, pp. 13–27

യില്ല. അതുകൊണ്ടു പാൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഒരാൾക്ക് ഇത്തരം മുട്ടകൾ കഴിക്കുന്നതിൽ വിരോധമുണ്ടാകേണ്ട ആവശ്യമില്ല.

ശരീരവ്യവച്ഛേദശാസ്ത്രപരമായും, ശാരീരികശാസ്ത്രപരമായും ഉള്ള തെളിവുകൾ മനുഷ്യൻ ഒരു സസ്യഭുക്കായി കഴിയുന്നതിനെ അനുകൂലിക്കുന്നുവെന്നു ശക്തമായി അഭിപ്രായപ്പെടുന്ന ചിന്താഗതിക്കാരുണ്ട്. അവരുടെ സംഖ്യ വളർന്നുവരികയാണ്. എങ്കിലും വൈദ്യശാസ്ത്രപരമായ അഭിപ്രായം കൂടുതലും ഒരു മിശ്രാഹാരത്തെയാണ് അനുകൂലിക്കുന്നത്. മനുഷ്യന്റെ പല്ലുകളും ആമാശയവും കുടലും മററും ഒരു സസ്യഭുക്കായിട്ടിരിക്കാനാണു പ്രകൃതി അവനെ ഉദ്ദേശിച്ചിരിക്കുന്നതെന്നു തെളിയിക്കുന്നതായി തോന്നുന്നു.

സസ്യാഹാരത്തിൽ ധാന്യങ്ങൾ, പയർവർഗങ്ങൾ, ഭക്ഷണയോഗ്യമായ വേരുകൾ, കിഴങ്ങുകൾ, ഇലകൾ എന്നിവ കൂടാതെ, പച്ചയും ഉണങ്ങിയതുമായ പഴവർഗങ്ങളും ഉൾപ്പെടുന്നു. ഉണങ്ങിയ പഴവർഗങ്ങളിൽ ബദാം, പിസ്താഷ്യോ, അണ്ടിപ്പരിപ്പ് തുടങ്ങിയ പരിപ്പുകളും ഉൾപ്പെടുന്നു.

ഞാൻ എന്നും ശുദ്ധമായ സസ്യാഹാരക്രമത്തെ അനുകൂലിക്കുന്നവനായിരുന്നു. എന്നാൽ പൂർണാരോഗ്യവാനായിരിക്കുന്നതിനു സസ്യാഹാരത്തിൽ പാലും, തൈരു്, വെണ്ണ, നെയ്യ് തുടങ്ങി പാലിൽനിന്നുള്ള വിഭവങ്ങളും അടങ്ങിയിരിക്കണമെന്ന് അനുഭവം എന്നെ പഠിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്.* എന്റെ ആദ്യത്തെ ആശയത്തിൽ

---

* 15–8–1929-ലെ യങ് ഇൻഡ്യയിൽ ഗാന്ധിജി ഇപ്രകാരം എഴുതി: ''പാൽ ഉൾപ്പെടെയുള്ള മാംസാഹാരം മനുഷ്യശരീരത്തെ പൂർണമായി നിലനിർത്തുന്നതിനു് അത്യാവശ്യമല്ലെന്നു് ഉറച്ച അഭിപ്രായമുള്ള വൈദ്യശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ ഉണ്ടെന്നു് എനിക്കറിയാം. സഹജമായ വാസനയും ഞാൻ വളർന്നുവന്ന സാഹചര്യവും അനുസരിച്ച് ശുദ്ധമായ സസ്യാഹാരത്തെയാണു ഞാൻ ആദരിക്കുന്നതു്. അനുയോജ്യമായ ഒരു സസ്യച്ചേരുവ കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിനു പല വർഷങ്ങളായി ഞാൻ പരീക്ഷണം നടത്തിവരുകയുമായിരുന്നു. പാലില്ലാത്ത ആഹാരത്തെ പിൻതാങ്ങുന്ന ശക്തിമത്തായ തെളിവു ലഭിക്കുന്നതുവരെ പാലിനെ അധിക്ഷേപിക്കുന്ന അപകടം എന്നിൽനിന്നുണ്ടാകയില്ല. ഞാൻ സ്വയം പാൽ വർജിക്കമ്പോൾതന്നെ ഒരു ക്ഷീരോത്പാദന കേന്ദ്രം നടത്തി ഇൻഡ്യയിലെവിടെയുമുള്ളപാലിനോടും കിട നില്ക്കത്തക്കവിധം പരിശുദ്ധിയും കൊഴുപ്പുമുള്ള പശുവിൻ പാൽ ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നുവെന്നതു് എന്റെ ജീവിതത്തിലെ അനേകം വൈരുദ്ധ്യങ്ങളിൽ ഒന്നാണ്.

മനുഷ്യരാശിക്ക് അത്യന്താപേക്ഷിതമായ പോഷക ദ്രവ്യങ്ങൾ സംഭാവന ചെയ്യുവാൻ കഴിവുള്ള അനേകം വിത്തുകളുടെയും പച്ചിലകളുടെയും പഴവർഗങ്ങളുടെയും നിഗൂഢസാദ്ധ്യതകൾ ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ ഇതുവരെ ചൂഷണം ചെയ്തിട്ടില്ലെന്നും ഞാൻ സമ്മതിക്കുന്നു. മാംസാഹാരത്തിലുള്ള വിശ്വാസത്തിനു ചുററും വളർന്നുവന്നിരിക്കുന്ന ഭീമമായ സ്ഥാപിതതാത്പര്യം പരിപൂർണ്ണമായും നിർമ്മമമായി ഈ പ്രശ്നത്തെ സമീപിക്കുന്നതിൽനിന്നു് വൈദ്യവൃത്തിയെ തടയുന്നു. സത്യം കണ്ടെത്തുവാൻ ജീവൻപോലും പണയപ്പെടുത്തി പ്രയാസങ്ങളുടെ പർവതങ്ങളിൽക്കൂടി വഴിതെളിക്കുക എന്നതു് സാധാരണക്കാരായ

നിന്നും പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്ന ഒരു വ്യതിയാനമാണിത്. ആറു വർഷത്തേക്ക് എൻെറ ആഹാരത്തിൽനിന്നു ഞാൻ പാൽ ഒഴിവാക്കിയിരുന്നു. അന്ന് ആ വർജനത്തിൻെറ ഫലമായി ദോഷമൊന്നും എനിക്കു തോന്നിച്ചില്ല. എന്നാൽ 1917–ൽ എൻെറതന്നെ അജ്ഞത കാരണം കഠിനമായ അതിസാരം പിടിപെട്ട് ഞാൻ കിടപ്പിലായി. ഒരു അസ്ഥിപഞ്ജരമായി ഞാൻ ശോഷിച്ചു. എങ്കിലും എന്തെങ്കിലും ഔഷധം ഉപയോഗിക്കുന്നതിനെ ഞാൻ വാശിയോടെ എതിർത്തു. തുല്യമായ വാശിയോടെ പാലോ തൈരോ കഴിക്കുന്നതിനും ഞാൻ വിസമ്മതിച്ചു.

എന്നാൽ എൻെറ ശരീരത്തെ പോഷിപ്പിച്ചു കിടക്കവിട്ടെഴുന്നേല്ക്കുന്നതിനു മതിയായ ശക്തി സംഭരിക്കാൻ എനിക്കു കഴിഞ്ഞില്ല. പാൽ കഴിക്കയില്ലെന്നു ഞാൻ പ്രതിജ്ഞ ചെയ്തിരുന്നു. പ്രതിജ്ഞ ചെയ്ത സമയത്തു പശുവിൻെറയും എരുമയുടെയും പാൽ ആയിരിക്കുമല്ലോ ഞാൻ മനസ്സിൽ ഉദ്ദേശിച്ചതെന്നും ആടിൻെറ പാൽ ഉപയോഗിക്കുന്നതിൽ നിന്നും ഈ പ്രതിജ്ഞ എന്തിന് എന്നെ തടയണമെന്നും എൻെറ ഒരു വൈദ്യസ്നേഹിതൻ അഭിപ്രായപ്പെട്ടു. എൻെറ ഭാര്യ അദ്ദേഹത്തെ പിൻതാങ്ങുകയും ഞാൻ അതിനു വഴിപ്പെടുകയും ചെയ്തു. ആ പ്രതിജ്ഞയെടുത്ത അവസരത്തിൽ പശുവിനെയും എരുമയേയും മാത്രമേ ഉദ്ദേശിച്ചിരുന്നുള്ളുവെങ്കിലും പാൽ ഉപേക്ഷിച്ച ഒരാൾക്ക് അതു വർജിക്കേണ്ട ഒന്നായിരിക്കണം. ഘടകങ്ങളുടെ അനുപാതം ഓരോ ഇനത്തിലും വ്യത്യസ്തമായേക്കാമെങ്കിലും എല്ലാ മൃഗങ്ങളുടെ പാലിനും ഏകദേശം ഒരേ ചേരുവയാണ്. അതുകൊണ്ടു ഞാൻ പ്രതിജ്ഞയുടെ താൽപര്യമല്ല, വെറും അക്ഷരങ്ങളാണു നിറവേററിയതെന്നു പറയാം. അതെങ്ങനെയുമാവട്ടെ, ആട്ടിൻപാൽ ഉടനെകൊണ്ടുവരികയും ഞാൻ അതു കുടിക്കയും ചെയ്തു. അത് എനിക്കു പുതിയ ജീവൻ നൽകിയതായി തോന്നി. ഞാൻ അതിവേഗം സുഖം പ്രാപിക്കയും, ഏറെത്താമസിയാതെ കിടക്കവിടുകയും ചെയ്തു. ഇതും ഇതുപോലുള്ള മററനവധി അനുഭവങ്ങളും നിമിത്തം പരിപൂർണസസ്യാഹാരത്തിൽ, പാലും ഉൾപ്പെടുത്തേണ്ടതിൻെറ ആവശ്യം എനിക്കു സമ്മതിക്കേണ്ടിവന്നു. പാലിലും മാംസത്തിലുംനിന്നു നാം എടുക്കുന്ന ആവശ്യമായ ഘടകങ്ങളെ നമുക്കു നൽകുന്നതും അതേസമയം അവയുടെ ധാർമികവും മററുമായ കുറവുകളിൽനിന്നു വിമുക്തവും ആയ എന്തെങ്കിലും ചിലതു വിശാലമായ സസ്യസാമ്രാജ്യത്തിൽ കാണുമെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു.

എൻെറ അഭിപ്രായത്തിൽ മാംസമോ പാലോ കഴിക്കുന്നതിൽ ഖണ്ഡിതമായ പോരായ്മകളുണ്ട്, മാംസം ലഭിക്കുന്നതിനു കൊല്ലേ

ഉത്സാഹികൾക്കുവേണ്ടി നീക്കിവച്ചിട്ടുള്ളതാണ് എന്ന് എനിക്ക് ഏറെക്കുറെ തോന്നിപ്പോകുന്നു. ഇത്തരം എളിയ അന്വേഷകർക്കുവേണ്ടി ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ അവരുടെ സഹകരണം നല്കുമെങ്കിൽ ഞാൻ സംതൃപ്തനാണ്.

ണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ശൈശവത്തിൽ കുടിക്കുന്ന നമ്മുടെ പാലിനു് ഒഴികെ മററു യാതൊരു പാലിനും തീർച്ചയായും നാം അർഹരല്ല. ധാർമികമായ കുറവുകൾക്കു പുറമേ, തികച്ചും ആരോഗ്യംമാത്രം മുൻനിർത്തി നോക്കിയാലും കുറവുകൾ ഉണ്ടു്. പാലും മാസവും ഏതൊരു മൃഗത്തിൽനിന്നാണോ ലഭിക്കുന്നതു്, അതിൻെറ ദോഷങ്ങളും അവയ്ക്കുണ്ടായിരിക്കും. വീടുകളിൽ വളർത്തുന്ന പശുക്കൾ പൂർണാരോഗ്യമുള്ളവപോലുമല്ല. മനുഷ്യനെപ്പോലെതന്നെ കന്നുകാലികളും അനവധി രോഗങ്ങൾമൂലം കഷ്ടപ്പെടാറുണ്ടു്. അവയിൽ പലതും അപ്പൊഴപ്പോൾ കന്നുകാലികളെ വൈദ്യപരിശോധനയ്ക്കു വിധേയമാക്കുമ്പോൾപോലും വിഗണിക്കപ്പെടാറുണ്ടു്. കൂടാതെ ഇപ്പോൾ ഏതൊരു വിധത്തിലായാലും, ഇൻഡ്യയിലെ കന്നുകാലികളെ മുഴുവൻ ഒരു വൈദ്യപരിശോധനയ്ക്കു വിധേയമാക്കുക അസാധ്യമായ ഒരു സാഹസമായി തോന്നുന്നു. സേവാഗ്രാം ആശ്രമത്തിൽ ഞാൻ ഒരു ക്ഷീരോത്പാദനകേന്ദ്രം നടത്തുകയാണു്. വൈദ്യന്മാരായ സ്നേഹിതന്മാരിൽനിന്നു് എനിക്കു് എളുപ്പം സഹായം ലഭിക്കും. എങ്കിലും സേവാഗ്രാമക്ഷീരോത്പാദനകേന്ദ്രത്തിലെ എല്ലാ കന്നുകാലികളും ആരോഗ്യമുള്ളവയാണെന്നു എനിക്കു നിസ്സംശയം പറയാൻ സാധിക്കയില്ല. നേരേമറിച്ചു സകലരും ആരോഗ്യമുള്ളതാണെന്നു കരുതിയിരുന്ന ഒരു പശുവിനു ക്ഷയം ബാധിച്ചിരുന്നതായി കണ്ടുപിടിച്ചു. ഇതു തിരിച്ചറിയുന്നതിനു മുമ്പു് ആ പശുവിൻെറ പാൽ ആശ്രമത്തിൽ മുഴുവനും് ഉപയോഗിച്ചുവന്നിരുന്നു. അടുത്തുള്ള കൃഷിക്കാരിൽനിന്നും ആശ്രമത്തിൽ പാൽ വാങ്ങിവരുന്നു. അവരുടെ കന്നുകാലികൾക്കു വൈദ്യപരിശോധന ഉണ്ടായിട്ടില്ല. ഒരു പ്രത്യേകഇനം പാൽ ഉപയോഗത്തിനു് സുരക്ഷിതമാണോ അല്ലയോ എന്നു തീരുമാനിക്കുക പ്രയാസമുള്ള കാര്യമാണു്. പാൽ തിളപ്പിക്കുന്നതുകൊണ്ടു ലഭ്യമാകുന്ന സുരക്ഷിതത്വത്തിൽ വിശ്വസിച്ചു ഞങ്ങൾ തൃപ്തരാകേണ്ടി വരുന്നു. ആശ്രമത്തിനു് അതിൻെറ കന്നുകാലികളുടെ കുററമററ ആരോഗ്യപരിശോധനയിൽ അഭിമാനം കൊള്ളുന്നതിനും, അതിൻെറ ക്ഷീരോത്പന്നങ്ങളുടെ സുരക്ഷിതത്വത്തിൽ സംശയാതീതമായിരിക്കാനും സാധിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ മററു സ്ഥലങ്ങളിലെ സ്ഥിതി ഒട്ടും മെച്ചമായിരിക്കാൻ ഇടയില്ല. കറവപ്പശുക്കളെ സംബന്ധിക്കുന്നതു വളരെ കൂടിയതോതിൽ കശാപ്പുചെയ്യപ്പെടുന്ന മൃഗങ്ങളെയും സംബന്ധിക്കുന്നതാണു്....അതുകൊണ്ടു നിസ്വാർത്ഥനായ ഒരു ശാസ്ത്രജ്ഞൻ ക്ഷമാപൂർവമുള്ള ഗവേഷണഫലമായി, പാലിനും ഇറച്ചിക്കും പകരം ഒരു സസ്യം കണ്ടുപിടിക്കാത്തിടത്തോളം മനുഷ്യൻ ഇറച്ചിയും പാലും ഉപയോഗിച്ചുകൊണ്ടുതന്നെയിരിക്കും.

ഇനി മിശ്രിതാഹാരത്തെക്കുറിച്ചു നമുക്കു ചിന്തിക്കാം. ശരീരത്തിൻെറ വളർച്ചയ്ക്കും, അനുദിനമുള്ള കേടുപാടുകൾ പോക്കുന്ന

തിനും ആവശ്യമായ ഗ്രന്ഥിനിർമാണപദാർത്ഥം നൽകുവാൻ കഴിവുള്ള ആഹാരം മനുഷ്യനു് ആവശ്യമാണു്. ഊർജവും കൊഴുപ്പും, ചില ലവണങ്ങളും വിസർജ്യവസ്തുക്കളുടെ വിരേചനത്തിനു സഹായകമായ പരുക്കൻ പദാർത്ഥങ്ങളും അതിൽ അടങ്ങിയിരിക്കണം. ഗ്രന്ഥിനിർമാണപദാർത്ഥങ്ങൾ മാംസ്യം എന്നറിയപ്പെടുന്നു. അതു പാൽ, മാംസം, മുട്ട, പയർവർഗങ്ങൾ, അണ്ടിപ്പരിപ്പുകൾ മുതലായവയിൽനിന്നു ലഭിക്കുന്നു. പാലിലും, മാംസത്തിലും അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന മാംസ്യം, അതായതു ജന്തുമാംസ്യം, സസ്യമാംസ്യത്തേക്കാൾ കൂടുതൽ വേഗം ദഹിക്കുകയും രക്തത്തിൽ കലരുകയും ചെയ്യുന്നതാകയാൽ കൂടുതൽ വിലപ്പെട്ടതാണു്. പാലാണു മാംസത്തേക്കാൾ മെച്ചമേറിയതു്. വൈദ്യശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ പറയുന്നതു മാംസം ദഹിക്കാൻ സാധിക്കാത്തിടത്തു പാൽ വളരെ വേഗം ദഹിക്കുന്നുവെന്നാണു്. സസ്യഭുക്കുകൾക്കു ജന്തുമാംസ്യം ലഭിക്കുന്നതിനുള്ള മാർഗ്ഗം പാൽ മാത്രമായതുകൊണ്ടു് പാൽ ആഹാരക്രമത്തിലെ വളരെ പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്ന ഒരു ഇനമാണു്. പച്ചമുട്ടയിലടങ്ങിയിരിക്കുന്ന മാംസ്യം മറ്റെല്ലാ മാംസ്യങ്ങളേക്കാളും വളരെ എളുപ്പത്തിൽ ദഹിക്കുന്നതാണെന്നാണു കരുതുന്നതു്.

എന്നാൽ എല്ലാവർക്കും പാൽ കുടിക്കാൻ സാധ്യമല്ല. എല്ലാ സ്ഥലങ്ങളിലും പാൽ ലഭിക്കുന്നുമില്ല. പാലിനെ സംബന്ധിച്ചു വളരെ പ്രാധാന്യമേറിയ ഒരു കാര്യം ഇവിടെ പറയുന്നതിനു ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. പൊതുധാരണയ്ക്കു വിപരീതമായി പാടമാററിയ പാൽ വളരെ വിലയേറിയ ഒരു ആഹാരപദാർത്ഥമായി കാണുന്നുണ്ടു്. പൂർണമായ പാലിനേക്കാളേറെ ഗുണപ്രദമായി ചിലപ്പോൾ ഇതു് അനുഭവപ്പെടാറുണ്ടു്. പാലിൻെറ പ്രധാനപ്രവൃത്തി ഗ്രന്ഥിനിർമ്മാണം, ഗ്രന്ഥികളുടെ ജീർണോദ്ധാരണം എന്നിവയ്ക്കാവശ്യമായ ജന്തുമാംസ്യം നൽകുകയാണു്. പാടനീക്കൽമൂലം ഭാഗികമായി കൊഴുപ്പു നീക്കപ്പെടുന്നുവെങ്കിലും മാംസ്യത്തെ അതു് ഒട്ടും ബാധിക്കുന്നില്ല. മാത്രമല്ല, ഇന്നു ലഭ്യമായ പാടനീക്കൽ ഉപകരണങ്ങൾക്കു പാലിൽനിന്നു കൊഴുപ്പു പൂർണമായി മാററുന്നതിനു സാധ്യമല്ല. അങ്ങനെയൊരു ഉപകരണം നിർമിക്കുന്നതിനുള്ള സാധ്യതയും ഇല്ല.

പൂർണമായതോ, പാടമാററിയതോ ആയ പാൽ കൂടാതെ വേറെയും ചില പദാർത്ഥങ്ങൾ ശരീരത്തിനാവശ്യമാണു്. രണ്ടാം സ്ഥാനം ഞാൻ ധാന്യങ്ങൾക്കു കൊടുക്കുന്നു—ഗോതമ്പു്. അറിയവു, ബജറാ തുടങ്ങിയവയ്ക്കു്. ഇവ മുഖ്യാഹാരമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. ഇന്ത്യയിലെ വിവിധ പ്രദേശങ്ങളിൽ വിവിധ ധാന്യങ്ങളാണു പ്രധാന ആഹാരമായി ഉപയോഗിക്കുന്നതു്. പല സ്ഥലങ്ങളിലും ഒന്നിലധികം ധാന്യങ്ങൾ ഒരേ സമയത്തു ഭക്ഷിക്കുന്നു. ഉദാഹരണമായി ചെറിയ അളവിൽ ഗോതമ്പു്, ബജറാ, അരി തുടങ്ങിയവ

പലപ്പോഴും ഒന്നിച്ചു വിളമ്പുന്നു. ഈ മിശ്രിതം ശരീരത്തിന്റെ പോഷണത്തിന് അത്യന്താപേക്ഷിതമല്ല. കഴിക്കുന്ന ആഹാരത്തിന്റെ അളവ് നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനു ഇതു പ്രയാസമുണ്ടാക്കുകയും ദഹനത്തിനു കൂടുതൽ ബുദ്ധിമുട്ടു വരുത്തുകയും ചെയ്യുന്നു. ഈ വിവിധ ഇനങ്ങൾ എല്ലാം പ്രധാനമായും നൽകുന്നതു അന്നജം ആയതുകൊണ്ട് ഒരു സമയത്തു് ഇതിൽ ഏതെങ്കിലും ഒരെണ്ണം കഴിക്കുന്നതാണു നല്ലതു്. ഗോതമ്പാണു ധാന്യങ്ങളുടെ ഇടയിൽ രാജാവെന്നു ശരിക്കും പറയാം. ഭൂപടം നോക്കുകയാണെങ്കിൽ ഗോതമ്പിനാണ് ഒന്നാം സ്ഥാനമെന്നു കാണാം. ആരോഗ്യപരമായ വീക്ഷണത്തിൽ ഗോതമ്പു ലഭിക്കുമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ അരിയും മററു ധാന്യങ്ങളും അനാവശ്യമായിത്തീരുന്നു. ഗോതമ്പു ലഭിക്കാതെ വരികയും യവം തുടങ്ങിയവ അരുചിയോ, ദഹനത്തിനുള്ള പ്രയാസമോമൂലം ഭക്ഷിക്കാൻ സാധിക്കാതെ വരുകയുമാണെങ്കിൽ അരി ഉപയോഗിക്കാം.

ധാന്യങ്ങൾ നന്നായി കഴുകി തിരികല്ലിൽ പൊടിച്ചു്, കിട്ടുന്ന മാവു് അങ്ങനെതന്നെ ഉപയോഗിക്കണം. മാവു് അരിക്കുന്നതു ഒഴിവാക്കണം. അരിക്കുന്നതുകൊണ്ടു പോഷകാംശം എന്ന നിലയിൽ ഏററവും വിലയേറിയ ലവണങ്ങളും ജീവകങ്ങളും അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന തവിടു നഷ്ടപ്പെടാൻ ഇടയുണ്ടു്. മലാശയത്തിന്റെ ശോധനക്കു സഹായകരമായ പരുക്കൻപദാർത്ഥങ്ങളും തവിടു നൽകുന്നുണ്ടു്. അരി വളരെ ലോലമായ ഒന്നായതുകൊണ്ടു ഉമി എന്നറിയപ്പെടുന്ന ഒരു തൊലികൊണ്ടു പ്രകൃതിതന്നെ അതിനു് ഒരു പുറംചട്ട നൽകിയിരിക്കുന്നു. ഇതു ഭക്ഷണയോഗ്യമല്ല. ഭക്ഷണയോഗ്യമല്ലാത്ത ഈ ഭാഗത്തെ മാററുന്നതിനു നെല്ലുകുത്തേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. അരിയുടെ പുറത്തെ ആ തൊലിമാത്രം മാററത്തക്കവണ്ണമേ കുത്താവൂ. എന്നാൽ യന്ത്രത്തിൽ കുത്തുന്നതുമൂലം ഉമിമാത്രമല്ല തവിടും നീങ്ങി അരി വെളുക്കുന്നു. വെളുപ്പിച്ച അരിയുടെ ജനസമ്മതിക്കുള്ള വിശദീകരണം, തവിടു കളഞ്ഞില്ലെങ്കിൽ വളരെ വേഗം ചില കീടങ്ങൾ അരി ആക്രമിക്കുമെന്നുള്ളതാണു്. തവിടു കളഞ്ഞു വെളുപ്പിച്ച അരിയും, ഗോതമ്പും ശുദ്ധമായ അന്നജംമാത്രമേ നമുക്കു നൽകുന്നുള്ളു. തവിടു നീക്കുന്നതുകൊണ്ടു ധാന്യങ്ങളുടെ പ്രധാന ഘടകങ്ങൾ നഷ്ടപ്പെടുന്നു. അരിയുടെ തൊലി, തവിടായി വിൽക്കപ്പെടുന്നു. ഇതും ഗോതമ്പിന്റെ തവിടും പാകംചെയ്തു അങ്ങനെതന്നെ ഭക്ഷിക്കാം. അവകൊണ്ടു ചപ്പാത്തിയും അപ്പവും ഉണ്ടാക്കാം. അരികൊണ്ടുള്ള ചപ്പാത്തി ചോറിനേക്കാൾ വേഗം ദഹിക്കുന്നതും ചെറിയ ഒരു അളവുകൊണ്ടു പൂർണസംതൃപ്തി നൽകുന്നതുമാണു്.

ഓരോ തുണ്ടു ചപ്പാത്തിയും കഴിക്കുന്നതിനു മുമ്പായി സസ്യമോ പരിപ്പോ കൊണ്ടുണ്ടാക്കിയ ചട്നിയിൽ മുക്കുന്ന പതിവു നമുക്കുണ്ടു്. ഇതിന്റെ ഫലം കൂടുതലാളുകളും വേണ്ടത്ര ചവയ്ക്കാതെ ഭക്ഷ

ണം വിഴുങ്ങുന്നു എന്നതാണ്. ദഹനത്തിന്, പ്രത്യേകിച്ചും അന്നജത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ ചർവണം അതിപ്രധാനമായ ഒരു പടിയാണ്. അന്നജത്തിന്റെ ദഹനം വായിലെ ഉമിനീരുമായുള്ള സമ്പർക്കത്തിലേർപ്പെടുമ്പോൾ മുതൽ ആരംഭിക്കുന്നു. ചർവണംമൂലം ആഹാരവും ഉമിനീരും തമ്മിൽ നല്ലവണ്ണം കലരുന്നു. അതുകൊണ്ടു കൂടുതൽ ഉമിനീർ ഒഴുകത്തക്കവണ്ണവും, ശരിയായ ചർവണം ആവശ്യമായ വിധവും താരതമ്യേന ഉണങ്ങിയ രീതിയിൽ ആണ് അന്നജം അടങ്ങിയ ആഹാരങ്ങൾ കഴിക്കേണ്ടതു്.

അന്നജം നൽകുന്ന ധാന്യങ്ങൾക്കുശേഷം മാംസ്യം നൽകുന്ന ഉഴുന്നു്, പയർ, വള്ളിപ്പയർവർഗങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയ്ക്കാണു പ്രാധാന്യം. പയർ വർഗങ്ങൾ ആഹാരത്തിലെ അത്യന്താപേക്ഷിതമായ ഒരു ഘടകമായി മിക്കവാറും എല്ലാവരും കരുതുന്നതായി കാണുന്നു. മാംസം കഴിക്കുന്നവർക്കുപോലും പയർവർഗങ്ങൾ ആവശ്യമാണ്. കഠിനമായ ദേഹാദ്ധ്വാനം ചെയ്യുന്നവർക്കും, പാൽ വാങ്ങാൻ കഴിവില്ലാത്തവർക്കും വയർവർഗങ്ങൾ കൂടാതെ സാധ്യമല്ലെന്നുള്ളതു് എളുപ്പത്തിൽ മനസ്സിലാക്കാം. എന്നാൽ ഗൃഹസ്ഥന്മാർ, വ്യാപാരികൾ അഭിഭാഷകർ, ഡോക്ടർമാർ, അദ്ധ്യാപകർ തുടങ്ങി അധികനേരവും ഇരുന്നുള്ള പണി ചെയ്യുന്നവർക്കും, പാൽ വാങ്ങാൻ കഴിവില്ലാത്തവണ്ണം സാധുക്കൾ അല്ലാത്തവർക്കും പയർവർഗങ്ങൾ ആവശ്യമില്ലെന്നു നിസ്സംശയം എനിക്കു പറയാൻ കഴിയും, പൊതുവേ പയർവർഗങ്ങൾ ദഹനത്തിനു പ്രയാസമുള്ളതാണെന്നു കരുതപ്പെടുന്നു. അതിനാൽ ധാന്യങ്ങളേക്കാൾ തുലോം കുറഞ്ഞ അളവിലാണ് ഇതു കഴിക്കുന്നതു്. വിവിധ പയർവർഗങ്ങളിൽ കടല, മുതിര തുടങ്ങിയവ ദഹത്തിനു് ഏററവും വൈഷമ്യമേറിയതും ഉഴുന്നും വള്ളിപ്പയർവർഗങ്ങളും ഏററവും എളുപ്പമുള്ളതുമായി കരുതപ്പെടുന്നു.

മലക്കറികളും, പഴങ്ങളും നമ്മുടെ പട്ടികയിൽ മൂന്നാമതായി വരുന്നു. ഇന്ത്യയിൽ ഇതു വളരെ വിലകുറഞ്ഞതും, വേഗം ലഭിക്കുന്നതും ആണെന്നു പലരും പ്രതീക്ഷിച്ചേക്കും. പക്ഷേ, അങ്ങനെയല്ല. അതു പൊതുവേ നഗരവാസികൾക്കായി ഉദ്ദേശിച്ചിട്ടുള്ള ഒരു പ്രത്യേക വിഭവമായി കരുതപ്പെടുന്നു. ഗ്രാമങ്ങളിൽ പച്ചക്കറികൾ ദുർല്ലഭമാണ്. പലിടത്തും ഫലവർഗങ്ങൾ ലഭിക്കുന്നുമില്ല....

ദിവസവും പച്ചക്കറികളുടെ കൂട്ടത്തിൽ ഒരു നല്ല അളവു് ഇലവർഗങ്ങൾകൂടി ഉപയോഗിക്കണം. ഉരുളക്കിഴങ്ങ്, മധുരക്കിഴങ്ങ് തുടങ്ങി പ്രധാനമായും അന്നജം നൽകുന്നവയെ മലക്കറികളുടെ കൂട്ടത്തിൽ ഞാൻ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നില്ല.

അന്നജം നൽകുന്ന ധാന്യങ്ങളുടെ കൂട്ടത്തിൽത്തന്നെ അവയെ ഉൾപ്പെടുത്തേണ്ടതാണ്. മിതമായ അളവിൽ സാധാരണപച്ചക്ക

റികൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതു കൊള്ളാം. വെള്ളരിക്കാ, തക്കാളി, പച്ചക്കട്ടകൾ,മററു മൃദുവായ ഇലകൾ തുടങ്ങിയ ചില ഇനങ്ങൾ പാകംചെയ്യണമെന്നില്ല. അവ ശരിയാംവണ്ണം കഴുകി ചെറിയ തോതിൽ പച്ചയ്ക്കുതന്നെ ഭക്ഷിക്കണം.

പഴത്തിൻെറ കാര്യത്തിൽ അതതു കാലങ്ങളിൽ കിട്ടുന്ന പഴവർഗങ്ങൾ; ഉദാഹരണമായി മാങ്ങ, ചാമ്പയ്ക്ക, പേരയ്ക്ക, മുന്തിരിങ്ങ, പപ്പയ്ക്ക,ചെറുനാരങ്ങ, മധുരമോ പുളിപ്പോ ഉള്ള നാരങ്ങ, മുസാമ്പി തുടങ്ങിയവ സുലഭമായി കിട്ടുമ്പോൾ നമ്മുടെ ദിവസേനയുള്ള ആഹാരത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തണം. പഴങ്ങൾ കഴിക്കുന്നതിനു പററിയ സമയം അതിരാവിലെയാണ്. പഴവും പാലുമുള്ള ഒരു പ്രഭാതഭക്ഷണം പൂർണസംതൃപ്തി നൽകുന്നു. ഉച്ചഭക്ഷണം വളരെ നേരത്തെ കഴിക്കുന്നവർക്കു പ്രഭാതഭക്ഷണത്തിനു പഴംമാത്രം മതിയാകും.

ഏത്തയ്ക്കാ ഒരു നല്ല ഫലവർഗമാണ്. പക്ഷേ, അതിൽ അന്നജം ധാരാളമുള്ളതുകൊണ്ടു റൊട്ടിയുടെ ഗുണമാണ് അതിനുള്ളത്. പാലും വാഴപ്പഴവും ഒരു സംപൂർണ ആഹാരമാണ്.

കൊഴുപ്പും കുറെ ആവശ്യമാണ്. നെയ്യിൽനിന്നോ എണ്ണയിൽനിന്നോ ഇതു ലഭ്യമാണ്.നെയ്യ് ലഭിക്കുമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ എണ്ണയുടെ ആവശ്യമില്ല. അതു വേഗം ദഹിക്കുന്നതോ, ശുദ്ധമായ നെയ്യുപോലെ പോഷകാംശം അടങ്ങിയതോ അല്ല. ശരീരാവശ്യങ്ങൾക്കായി ഒരാൾക്കു ഒരു ദിവസം 1½ ഔൺസ് നെയ്യ് പര്യാപ്തമായി കണക്കാക്കാവുന്നതാണ്. പൂർണമായ പാലും നെയ്യു കിട്ടാനുള്ള ഒരു വഴിയാണ്. അതിനു നിവൃത്തിയില്ലാത്തവൻ കൊഴുപ്പിനു വേണ്ടി ആവശ്യമുള്ളത്ര എണ്ണ ഉപയോഗിക്കണം. എണ്ണകളിൽ ഒലിവെണ്ണ, നിലക്കടലയെണ്ണ, വെളിച്ചെണ്ണ എന്നിവയ്ക്കാണു പ്രാധാന്യം നൽകേണ്ടതു്. എണ്ണ പുതിയതായിരിക്കണം. കിട്ടുമെങ്കിൽ കൈകൊണ്ടു പിഴിഞ്ഞെടുത്ത എണ്ണ ഉപയോഗിക്കുകയാണു ഭേദം....

ഗുണത്തിനു പ്രാധാന്യം നൽകാതെ കിട്ടുന്ന എന്തും സ്വീകരിക്കുന്നതുകൊണ്ട് ഒരാൾ തൃപ്തനാകരുത്. പഴകിയ എണ്ണയും, മായം ചേർത്ത നെയ്യും ഉപയോഗിക്കുന്നതിലും ഭേദം, നെയ്യോ എണ്ണയോ ഒന്നും ഇല്ലാതെ കഴിയുന്നതാണ്.

കൊഴുപ്പിൻെറ കാര്യത്തിലെന്നപ്പോലെ ഒരു ചെറിയ അളവു പഞ്ചസാരയും ആവശ്യമാണ്. മധുരഫലങ്ങൾ ധാരാളം പഞ്ചസാര നൽകുന്നുണ്ടെങ്കിലും ഒന്നോ ഒന്നരയോ ഔൺസ് അസംസ്കൃത പഞ്ചസാരയോ, വെള്ളപഞ്ചസാരയോ ഒരു ദിവസം കഴിക്കുന്നതിൽ

ദോഷമൊന്നുമില്ല. മധുരഫലങ്ങൾ കിട്ടുകയില്ലെങ്കിൽ, പഞ്ചസാര ഒരു അത്യാവശ്യമായിത്തീരുന്നു. പക്ഷേ, മധുരപദാൎത്ഥങ്ങൾക്ക് ഇന്നു കൊടുത്തിരിക്കുന്ന അനർഹമായ പ്രാധാന്യം തെററായ ഒന്നാണ്. പട്ടണവാസികൾ വളരെ അധികം മധുരപദാൎത്ഥങ്ങൾ കഴിക്കുന്നുണ്ട്. പാൽ, പുഡ്ഡിംഗ്, പാൽക്കട്ടികൾ, മററുതരത്തിലുള്ള മധുരപദാൎത്ഥങ്ങൾ എന്നിവ വലിയ തോതിൽ അവർ അകത്താക്കുന്നു. അവയെല്ലാം അനാവശ്യവും തീരെ ചെറിയ തോതിൽ കഴിക്കുമ്പോൾ ഒഴികെ അപകടകരവുമാണ്. വയറുനിറയെ സാധാരണ ആഹാരംപോലും ലഭിക്കാത്ത അസംഖ്യം ആളുകളുള്ള ഒരു ദേശത്തു് മധുരപദാൎത്ഥങ്ങളും സ്വാദുള്ള ദുർല്ലഭവസ്തുക്കളും ഉപയോഗിക്കുന്നതു കവർച്ചയ്ക്കു തുല്യമാണെന്നു് അതിശയോക്തിയുടെ ഭയം കൂടാതെ പറയാം.

മധുരപദാർത്ഥങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചു പറഞ്ഞവ അതേപടി നെയ്യുടെയും എണ്ണയുടെയും കാര്യത്തിലും പറയാവുന്നതാണ്. നെയ്യിലോ, എണ്ണയിലോ പൊരിച്ച സാധനങ്ങൾ കഴിക്കേണ്ട ഒരു ആവശ്യവുമില്ല. പൂരിയും ലഡ്ഡുവും ഉണ്ടാക്കുന്നതിനു നെയ്യുപയോഗിക്കുന്നതു് വിചാരശൂന്യമായ ഒരു അമിതവ്യയമാണ്. അത്തരം ആഹാരസാധനങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചു ശീലിച്ചിട്ടില്ലാത്തവർക്ക് ഇവ കഴിക്കാനേ സാധിക്കയില്ല.

ഇനി, ഒരാൾ എപ്പോഴെല്ലാം, എത്രമാത്രം ആഹാരം കഴിക്കണമെന്നു് നമുക്കു ചിന്തിക്കാം. രസനയുടെ തൃപ്തിക്കുവേണ്ടിയല്ല; ശരീരം നിലനിർത്തുന്ന ഒരു ഔഷധംകണക്കേ, ഒരു കർത്തവ്യം എന്ന രീതിയിൽ മാത്രമേ ആഹാരം കഴിക്കാവൂ, ശരിയായ വിശപ്പ് അടക്കുന്നതിൽനിന്നു് ഹൃദ്യമായ ഒരനുഭവമുണ്ടാകുന്നു. അതുകൊണ്ടു് സംതൃപ്തി പുറമേയുള്ള ഒന്നിനെയല്ല വിശപ്പിനെയാണു് ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നതു് എന്നു പറയാം. നമ്മുടെ തെററായ സ്വഭാവങ്ങളും കൃത്രിമമായ ജീവിതരീതിയുംമൂലം വളരെ ചുരുക്കം പേർക്കേ അവരുടെ ശരീരത്തിനു വേണ്ടതെന്താണെന്നു് അറിവുള്ളു. നമുക്കു് ഈ ലോകത്തിൽ ജന്മമരുളിയ നമ്മുടെ മാതാപിതാക്കൾ പൊതുവേ ആത്മനിയന്ത്രണം നമ്മെ അഭ്യസിപ്പിക്കുന്നില്ല. അവരുടെ സ്വഭാവവും ജീവിതരീതികളും കുറെയൊക്കെ കുട്ടികളുടെമേൽ സ്വാധീനം ചെലുത്തുന്നു. ഗർഭകാലത്തെ അമ്മയുടെ ഭക്ഷണം കുട്ടിയെ ബാധിക്കുന്നതാണ്. അതിനുശേഷം കുട്ടിക്കാലത്തു് അമ്മ സ്വാദേറിയ എല്ലാവിധ പലഹാരങ്ങളും കൊടുത്തു കുഞ്ഞിനെ ലാളിക്കുന്നു. അവർ തിന്നുന്ന എന്തിന്റേയും ഒരു പങ്കു് കുട്ടിക്കു കൊടുക്കുകയും അങ്ങനെ ചെറുപ്പംമുതൽക്കേ കുട്ടിയുടെ രസനേന്ദ്രിയത്തിനു തെററായ പരിശീലനം ലഭിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ഒരിക്കൽ ഉണ്ടായ സ്വഭാവങ്ങൾ പിന്നീടു നീക്കുവാൻ പ്രയാസമാണ് അവയെ നീക്കം ചെയ്യുന്നതിൽ ചുരുക്കം ചിലർ മാത്രമേ വിജയിച്ചിട്ടുള്ളു.

അവനവൻതന്നെയാണ് തന്റെ ശരീരത്തിന്റെ സൂക്ഷിപ്പുകാരനെന്നും; തന്റെ ശരീരം സേവനത്തിനായി അർപ്പിക്കപ്പെട്ടതാണെന്നും ഉള്ള ബോധം ഒരുവനുണ്ടാകുമ്പോൾ അവൻ തന്റെ ശരീരത്തെ ഉചിതമായ അവസ്ഥയിൽ സൂക്ഷിക്കുന്നതിനുള്ള നിയമങ്ങൾ പഠിക്കുന്നതിന് ആഗ്രഹിക്കയും, അവ പാലിക്കുവാൻ കഠിനശ്രമം നടത്തുകയും ചെയ്യുന്നു.

ആയാസമേറിയ ജോലികളിൽ ഏർപ്പെടാത്തവർ—ഈ പേജുകൾ വായിക്കുന്ന മിക്ക പുരുഷനും സ്ത്രീയും ഇതിൽ ഉൾപ്പെടും—കഴിക്കേണ്ട വിവിധ ആഹാരപദാർത്ഥങ്ങളുടെ അളവ് ക്രമമായി എഴുതത്തക്ക ഒരു നിലയിൽ നാം ഇപ്പോൾ എത്തിച്ചേർന്നിരിക്കയാണ്.

പശുവിൻപാൽ	2 റാത്തൽ
ധാന്യങ്ങൾ (കോതമ്പ് അരി ബജറാ, എല്ലാംകൂടി)	6 ഔൺസ്
പച്ചക്കറി (ഇലവർഗങ്ങൾ)	3 ,,
,, മററിനം	5 ,,
പച്ചസസ്യങ്ങൾ	1 ,,
നെയ്യ്	1½ ,,
അല്ലെങ്കിൽ വെണ്ണ	2 ,,
പഞ്ചസാര അല്ലെങ്കിൽ ശർക്കര	1½ ,,

പുതിയ പഴങ്ങൾ—ഒരാളിന്റെ രുചിക്കും, സാമ്പത്തികനിലയ്ക്കും അനുയോജ്യമായി.

എന്തായാലും രണ്ടു ചെറുനാരങ്ങ ഒരു ദിവസം കഴിക്കുന്നതു കൊള്ളാം. പിഴിഞ്ഞു ചാറ് എടുത്ത് പച്ചക്കറിയുടെകൂടെയോ, ചൂടുള്ളതോ തണുത്തതോ ആയ വെള്ളത്തിൽ ചേർത്തോ ഉപയോഗിക്കാം. ഈ അളവുകളെല്ലാം പാകം ചെയ്യാത്ത സാധനങ്ങളുടേതാണ്. ഉപ്പിന്റെ അളവ് ഞാൻ പറഞ്ഞിട്ടില്ല. ഉപ്പു പിന്നീട് സ്വാദിനനുസരിച്ചു ചേർക്കാം.

ഇനി, എപ്പോഴെല്ലാം ഒരാൾ ആഹാരം കഴിക്കണം എന്നതാണ്. പല ആളുകളും ഒരു ദിവസം രണ്ടുനേരം ആഹാരം കഴിക്കുന്നുണ്ട്. സാധാരണ ക്രമം മൂന്നുനേരത്തെ ഭക്ഷണമാണ്. പുറത്തേക്കു ജോലിക്കു പോകുന്നതിനു മുമ്പായി അതിരാവിലെയുള്ള പ്രഭാതഭക്ഷണം, മദ്ധ്യാഹ്നത്തിലെ ഊണ്, വൈകുന്നേരമോ അതിനുശേഷമോ ഉള്ള അത്താഴം. മൂന്നുനേരത്തെ ഭക്ഷണത്തിൽ കൂടുതൽ ആവശ്യമില്ല. പട്ടണങ്ങളിൽ ചില ആളുകൾ കൂടക്കൂടെ വല്ലതും കഴിക്കാറുണ്ട്. ഈ സ്വഭാവം ദോഷകരമാണ്. ദഹനേന്ദ്രിയത്തിനു വിശ്രമം ആവശ്യമാണ്.

2

വ്യഞ്ജനങ്ങളുടെ രാജാവായി കറിയുപ്പിനെ ശരിക്കും കണക്കാക്കാം. പല ആളുകൾക്കും ഉപ്പുകൂടാതെ അവരുടെ ഭക്ഷണം കഴിക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. ശരീരത്തിനു് ചില ലവണങ്ങൾ ആവശ്യമാണു് കറിയുപ്പു് അവയിൽ ഒന്നാണു്. മിക്ക ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങളിലും ഈ ലവണങ്ങൾ പ്രകൃത്യാതന്നെ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. എന്നാൽ ശാസ്ത്രീയമായി അല്ലാതെ ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾ പാകം ചെയ്യുമ്പോൾ—അതായതു്, അരി, ഉരുളക്കിഴങ്ങു്, മററു സസ്യങ്ങൾ മുതലായവ വേവിച്ച വെള്ളം നീക്കിക്കളയുമ്പോൾ—ലവണങ്ങളുടെ അളവു് മതിയാകാതെ വരുന്നു. അപ്പോൾ ഉപ്പു് പ്രത്യേകമായി ചേർത്തു് ഈ കുറവു പരിഹരിക്കേണ്ടതായി വരുന്നു. കറിയുപ്പു് ശരീരത്തിനു് ഏററവും ആവശ്യമായ ലവണങ്ങളിൽ ഒന്നായതുകൊണ്ടു് ചെറിയ തോതിൽ അതു ചേർക്കേണ്ടതാണു്.

എന്നാൽ പൊതുവേ നോക്കിയാൽ പല വ്യഞ്ജനങ്ങളും ദേഹത്തിനു് ആവശ്യമുള്ളതല്ല—ഉദാഹരണമായി, പച്ചമുളകു്, വററൽമുളകു്, കുരുമുളകു്, മഞ്ഞൾ. മല്ലി, ജീരകം, കടുകു്. കായം തുടങ്ങിയവ. വെറും രുചിക്കുവേണ്ടിയാണു് നാം ഇവ ഉപയോഗിക്കുന്നതു്. ഇവയിൽ ഒന്നുപോലും പരിപൂർണ ആരോഗ്യം നിലനിർത്തുന്നതിനു് ആവശ്യമുള്ളതല്ലെന്നാണു്, അൻപതുവർഷത്തെ വ്യക്തിപരമായ അനുഭവങ്ങളെ ആധാരമാക്കിയുള്ള എന്റെ അഭിപ്രായം. ദഹനശേഷി കുറവുള്ളവർ, അത്യാവശ്യമായി കരുതുന്നുണ്ടെങ്കിൽ ഇവ ഔഷധങ്ങളെന്ന നിലയിൽ കുറെക്കാലത്തേക്കു് ഉപയോഗിക്കാം. എന്നാൽ രുചിക്കുവേണ്ടിയുള്ള അവയുടെ ഉപയോഗം ഒഴിവാക്കാൻ ഓരോരുത്തരും ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാണു്. എല്ലാ വ്യഞ്ജനങ്ങളും ഉപ്പുപോലും സസ്യങ്ങളുടെയും, ധാന്യങ്ങളുടെയും പ്രകൃത്യാ ഉള്ള രസത്തെ നശിപ്പിക്കുന്നു. വ്യഞ്ജനങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചു് രുചി വഷളായിട്ടില്ലാത്തവർ, ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾക്കു് ഉപ്പോ മററു വ്യഞ്ജനങ്ങളോ ചേർത്തതിനുശേഷമുള്ളതിനേക്കാളേറെ, പ്രകൃത്യാ ഉള്ള അവയുടെ രസമായിരിക്കും ആസ്വദിക്കുക. അതാണു ഞാൻ പറഞ്ഞതു്, ആവശ്യമുള്ളപ്പോൾ മാത്രമേ ഉപ്പു് ഒരു ചേരുവയായി ഉപയോഗിക്കാവൂ എന്നു്. മുളകിന്റെ കാര്യമാണെങ്കിൽ: അവമൂലം വായു് പൊള്ളുകയും, വയറു് എരികയും ചെയ്യുന്നു. മുളകു് ഉപയോഗിച്ചു ശീലിച്ചിട്ടില്ലാത്തവക്കു്, ആരംഭത്തിൽ അതു് സഹിക്കാനേ സാധിക്കയില്ല. മുളകു് ഉപയോഗിച്ചതുമൂലം വായു് വ്രണപ്പെട്ടവരെ ഞാൻ പലപ്പോഴും കണ്ടിട്ടുണ്ടു്. മുളകു് വളരെ ഇഷ്ടപ്പെട്ടിരുന്ന ഒരാളെ എനിക്കറിയാം. അനിയന്ത്രിതമായ അതിന്റെ ഉപയോഗം അയാളുടെ അകാലമരണത്തിൽ കലാശിച്ചു. തെക്കേ ആഫ്രിക്കയിലെ നീഗ്രോകൾ വ്യഞ്ജനങ്ങൾ തൊടുകയേ

2. Key to Health, pp. 27—29

ഇല്ല. ഭക്ഷണത്തിൽ മഞ്ഞളിന്റെ നിറം അവനു സഹിക്കാവുന്നതല്ല. അതുപോലെതന്നെ ഇംഗ്ലീഷ്കാരും നമ്മുടെ വ്യഞ്ജനങ്ങൾ അത്ര എളുപ്പം ഇഷ്ടപ്പെടുകയില്ല.

3

ചായ, കാപ്പി, കൊക്കോ:* ഇവയിൽ ഒന്നുംതന്നെ ശരീരത്തിനാവശ്യമുള്ളതല്ല. ചായയുടെ ഉപയോഗം ചൈനയിലാണ് ഉത്ഭവിച്ചതെന്നു പറയപ്പെടുന്നു. ആ ദേശത്ത് അതിന് ഒരു പ്രത്യേക ഉപയോഗമുണ്ട്. പൊതുവേ ചൈനയിലെ കുടിക്കുന്നതിനുള്ള വെള്ളത്തിന്റെ പരിശുദ്ധിയിൽ ആർക്കും വിശ്വസിക്കാൻ സാധിക്കയില്ല. അതുകൊണ്ടു സുരക്ഷിതത്വത്തിനായി, അത് ഉപയോഗിക്കുന്നതിനുമുമ്പു തിളപ്പിക്കണം. തിളയ്ക്കുന്ന വെള്ളത്തിൽ ചെറിയ തോതിൽ ചേർത്താൽ അതിനു സുവർണ്ണനിറം നൽകുന്ന തേയില എന്നു പേരായ ഒരുതരം ചെടി മിടുക്കനായ ഏതോ ചൈനാക്കാരൻ കണ്ടുപിടിച്ചു. വെള്ളം ശരിയായി തിളച്ചപ്പോഴല്ലാതെ ഈ നിറം പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടില്ല. അങ്ങനെ, ഒരു പ്രത്യേക അളവു വെള്ളം തിളച്ചോ എന്നറിയുന്നതിന്; ഈ പുല്ല് ഒരിക്കലും പിശകാത്ത ഒരു പരീക്ഷണവസ്തുവായിത്തീർന്നു. തേയില അരിപ്പയിൽ ഇട്ട്, അതിൽക്കൂടി തിളച്ചവെള്ളം ഒഴിച്ചാണ് ഈ പരിശോധന നടത്തിയിരുന്നത്. വെള്ളം തിളയ്ക്കുന്നതാണെങ്കിൽ അതിന് ഒരു സുവർണ നിറം ഉണ്ടാകും. തേയിലയുടെ മറ്റൊരു ഗുണം, അതു വെള്ളത്തിന് ആസ്വാദ്യമായ രുചിയും മണവും കൊടുക്കുന്നുവെന്നുള്ളതാണ്.

മേൽപറഞ്ഞവിധം തയാറാക്കുന്ന ചായ നിരുപദ്രവമാണ്. എന്നാൽ സാധാരണമായി തയ്യാറാക്കുകയും ഉപയോഗിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ചായയിൽ സ്വീകാര്യമായി യാതൊന്നും ഇല്ലെന്നുതന്നെയല്ല,

---

* എന്നോടു സമ്പർക്കപ്പെടുന്നവരെല്ലാം എന്നെപ്പോലെ ആയിത്തീരണമെന്ന് വലിയ നിർബ്ബന്ധമില്ല. അത് ഒട്ടും ആശാസ്യവുമല്ല. അതു വെറും ഒരു അനുകരണമായിത്തീരും. എന്നിലുള്ള നന്മയെ അവർക്കു സ്വീകരിക്കുവാൻ കഴിവുള്ളിടത്തോളംമാത്രം സ്വന്തമാക്കുന്നതാണു പ്രയോജനപ്രദം. ഉദാഹരണമായി സർദാർ ചായ കഴിക്കുന്നു. പക്ഷേ ആരും അദ്ദേഹത്തെ തടയാൻ വിചാരിക്കുന്നില്ല. ആരോഗ്യപരമായ കാരണങ്ങളാൽ ചായ അദ്ദേഹത്തിന് ഒരു അത്യാവശ്യമായിരിക്കാം. അതുപോലെ എന്റെകൂടെ താമസിക്കുകയും എന്റെ സ്നേഹിതന്മാരായിരിക്കയും ചെയ്യുന്ന ചിലമാംസഭുക്കുകളെക്കുറിച്ച് എന്തു പറയുന്നു? തേയില തങ്ങൾക്ക് നല്ലതെന്ന് അറിയുകയോ തൊഴിലാളികളുടെ എത്ര കഠിനമായ യാതനയുടെ ഫലമായാണ് തേയില വളർത്തുന്നതെന്നു ചിന്തിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നവർമാത്രം തേയില ഉപേക്ഷിച്ചാൽ മതി. എന്റെ കൂടെ ജീവിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും ബാ ചായ ഉപയോഗിക്കുന്നു. അവർ കാപ്പിയും ഉപയോഗിക്കും. ഞാൻ അവർക്കുവേണ്ടി അതു സ്നേഹത്തോടെ തയ്യാറാക്കി കൊടുക്കപോലും ചെയ്യും. അത് എന്തുകൊണ്ടാണ്? ഇത്തരം കാര്യങ്ങളിൽ നമ്മൾ തെററുധാരണയ്ക്കും അസഹിഷ്ണതയ്ക്കും വശംവദരായിപ്പോകും. എന്നാൽ ഈ തെററുകൾ തിരുത്തണം' (Selected Letters p. 29)

യഥാർത്ഥത്തിൽ അതു് ഉപദ്രവകരവുമാണു്. ശരീരത്തിനു ദോഷകരമായ ററാനിൻ എന്ന പദാർത്ഥം തേയിലയിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു; തോലിനു കട്ടപ്പം കൂട്ടുന്ന ഉറകളിലാണു സാധാരണമായി ററാനിൻ ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നതു്. ഉള്ളിലേക്കു കഴിക്കുമ്പോൾ ആമാശയത്തിൻെറയും, കുടലുകളുടെയും നേർത്ത പാടയിൽ ഇതേ ഫലം അനുഭവപ്പെടുന്നു. ഇതു ദഹനത്തെ തടസ്സപ്പെടുത്തുകയും, അജീർണം ഉണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ററാനിൻ അടങ്ങിയ ചായ ഉപയോഗിക്കുന്ന ശീലം നിമിത്തം ഇംഗ്ളണ്ടിലെ അനവധി സ്ത്രീകൾ പലതരത്തിലുള്ള രോഗങ്ങൾമൂലം കഷ്ടപ്പെടുന്നുണ്ടെന്നു പറയപ്പെടുന്നു. പതിവായി ചായ കുടിക്കുന്നവർക്കു കൃത്യസമയത്തു് അവരുടെ കപ്പു് ചായ ലഭിച്ചില്ലെങ്കിൽ അസ്വാസ്ഥ്യത, തോന്നിത്തുടങ്ങുന്നു. എൻെറ അഭിപ്രായത്തിൽ ചായയുടെ ഉപയോഗം, അങ്ങനെയൊന്നുണ്ടെങ്കിൽ, അല്പം പാൽ അടങ്ങിയിട്ടുള്ള ചൂടുള്ള ഒരു മധുര പാനീയം അതു നല്കുന്നുവെന്നുള്ളതാണു്. തിളച്ച വെള്ളത്തിൽ അല്പം പാലും പഞ്ചസാരയും കലർത്തി ഇതേ ഉദ്ദേശ്യം നിർവഹിക്കാവുന്നതാണു്.

ചായയെക്കുറിച്ചു ഞാൻ പറഞ്ഞതു്, ഏറെക്കുറെ കാപ്പിയേയും സംബന്ധിക്കുന്നതാണു്. 'കാപ്പി ചുമ ഇല്ലാതാക്കുകയും, വായുക്ഷോഭത്തെ ശാന്തമാക്കുകയും ചെയ്യുമെങ്കിലും ശാരീരികവും ലൈംഗികവുമായ ശക്തിയെ ക്ഷയിപ്പിക്കുകയും രക്തം വെള്ളമാക്കുകയും ചെയ്യും. അങ്ങനെ അതിൻെറ രണ്ടു ഗുണങ്ങൾക്കു് എതിരായി മൂന്നു ദോഷങ്ങളുമുണ്ടു്,' എന്നു ഹിന്ദുസ്ഥാനിയിൽ കാപ്പിയേക്കുറിച്ചു പ്രചാരമേറിയ ഒരു പറച്ചിലുണ്ടു്. ഈ അഭിപ്രായം എത്രത്തോളം ന്യായീകരിക്കാമെന്നു് എനിക്കറിഞ്ഞുകൂടാ.

കൊക്കോയെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളവും എനിക്കു് ഇതേ അഭിപ്രായമാണുള്ളതു്. സാധാരണരീതിയിൽ ദഹനമുള്ള ഒരാൾക്കു തേയില, കാപ്പി, കൊക്കോ തുടങ്ങിയവയുടെ സഹായം ആവശ്യമില്ല. ആരോഗ്യവാനായ ഒരാൾക്കു് അയാൾക്കു് ആവശ്യമുള്ള സംതൃപ്തി സാധാരണ ഭക്ഷണത്തിൽനിന്നും ലഭിക്കുന്നതാണു്. ഞാൻ ഈ മൂന്നും നിർലോപം ഉപയോഗിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അവ ഉപയോഗിക്കുന്ന കാലത്തു് ഒന്നല്ലെങ്കിൽ വേറൊരു രോഗംമൂലം ഞാൻ കഷ്ടപ്പെട്ടിരുന്നു. അവ ഉപേക്ഷിച്ചതുകൊണ്ടു് എനിക്കു യാതൊന്നും നഷ്ടപ്പെട്ടിട്ടില്ല. എന്നാൽ വളരെയേറെ പ്രയോജനം അനുഭവപ്പെടുകയും ചെയ്തിട്ടുണ്ടു്. ചായ തുടങ്ങിയവയിൽനിന്നും ലഭ്യമാകുന്ന അതേ സംതൃപ്തി ഒരു ശുദ്ധമായ സസ്യസൂപ്പിൽനിന്നു് എനിക്കു നേടുവാൻ കഴിയും. ചൂടുവെള്ളവും, തേനും, നാരങ്ങായും ചേർന്ന പാനീയം ആരോഗ്യവും പോഷണവും നല്കുന്നതും, തേയിലയ്ക്കും കാപ്പിക്കും പകരം ഉപയോഗിക്കാവുന്നതുമാണു്.

4

കുടിക്കുന്ന വെള്ളം: ആരോഗ്യമുള്ളവനായിരിക്കുന്നതിന് ഓരോരുത്തനും 24 മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ 5 പൗണ്ട് വെള്ളമോ മററു ദ്രാവകാഹാരമോ കഴിക്കണം. കുടിക്കുന്ന വെള്ളം ശുദ്ധമായിരിക്കണം. പല സ്ഥലങ്ങളിലും പരിശുദ്ധമായ വെള്ളം ലഭിക്കുന്നതു പ്രയാസമാണ്. കിണററുവെള്ളം കുടിക്കുന്നതിൽ എപ്പോഴും അപകടമുണ്ട്. ആഴം കുറഞ്ഞ കിണറുകളിലെയും, വെള്ളത്തിലേക്ക് ഇറങ്ങിച്ചെല്ലത്തക്കവിധം ചവിട്ടുപടികരം ഉള്ള ആഴമേറിയ കിണറുകളിലെയും വെള്ളം കുടിക്കുന്നതിനു തീരെ യോജിച്ചതല്ലെന്നു കരുതേണ്ടതാണ്. വെള്ളത്തിൻെറ നിറവും രുചിയും അതിൻെറ പരിശുദ്ധിയെ കാണിക്കുന്നില്ലെന്നുള്ളതാണ ബുദ്ധിമുട്ട്. കാഴ്ചയ്ക്കും രുചിക്കും തികച്ചും നിരുപദ്രവകരമായി തോന്നിക്കുന്ന വെള്ളം വിഷമായും തീരാവുന്നതാണ്, അറിയാത്ത ഒരു കിണററിൽനിന്നോ അപരിചിതൻെറ വീട്ടിൽനിന്നോ, വെള്ളം കുടിക്കരുതെന്നുള്ള പഴയ ആചാരം പകർത്തുന്നതിനു യോഗ്യതയുള്ളതാണ്.

ബംഗാളിൽ മിക്കവാറും എല്ലാ വീടുകരംക്കും അതിനോടനുബന്ധിച്ച് ഒരു കുളം ഉണ്ടായിരിക്കും. കുടിക്കുന്നതിന് ഇതിലെ വെള്ളം പൊതുവേ നല്ലതല്ല. പ്രത്യേകിച്ചും ഗതാഗതത്തിന് ഉപയോഗിക്കുന്നിടങ്ങളിലെയും, വലിയ പട്ടണങ്ങളിൽക്കൂടി ഒഴുകി അവിടെയുള്ള ചാലുകളിലെയും ഓവുകളിലെയും മലിനജലത്തെ ഏറെറടുക്കയും ചെയ്യുന്നിടങ്ങളിൽ നദീജലം മിക്കവാറും കുടിക്കുന്നതിനു നല്ലതായിരിക്കയില്ല.

ഞാൻ ഇങ്ങനെ പറഞ്ഞുവെങ്കിലും അശുദ്ധജലമെന്നു ഞാൻ വിവരിച്ചതു് അസംഖ്യമാളുകരംക്കു കുടിക്കേണ്ടതായിട്ടുണ്ടെന്ന് എനിക്കറിയാം. പക്ഷേ, അവരുടെ പ്രവൃത്തി പകർത്തത്തക്ക യോഗ്യതയുള്ളതാണെന്നു അതുകൊണ്ട് അർത്ഥമാകുന്നില്ല. എന്നാൽ പ്രകൃതി നമ്മിൽ വേണ്ടത്ര അന്തർവീര്യം സംഭരിച്ചിട്ടുണ്ട്, അതല്ലായിരുന്നെങ്കിൽ സ്വന്തം തെററുകളും ആരോഗ്യനിയമങ്ങളുടെ ലംഘനവുംമൂലം മനുഷ്യൻ വളരെ മുമ്പുതന്നെ ഭൂമുഖത്തുനിന്ന് അപ്രത്യക്ഷമായേനെ.

ആരോഗ്യത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം വെള്ളത്തിനുള്ള പങ്കിനെക്കുറിച്ചുമാത്രമാണ് ഇവിടെ ചിന്തിക്കേണ്ടതു്. വെള്ളത്തിൻെറ പരിശുദ്ധിയെക്കുറിച്ചു സംശയമുള്ളപ്പോഴെല്ലാം കുടിക്കുന്നതിനു മുമ്പായി അതു തിളപ്പിക്കണം. പ്രയോഗത്തിൽ ഇതു് എല്ലാവരും അവനവനു കുടിക്കേണ്ട വെള്ളം കൂടെ കൊണ്ടുനടക്കണമെന്നു

4. Key to Health, pp. 11—12

ആവശ്യമായിത്തീരും. ഇന്ത്യയിലെ പല യാഥാസ്ഥിതികരായ ഹിന്ദുക്കളും മതപരമായ മുൻതീരുമാനങ്ങളുടെ ഫലമായി യാത്രചെയ്യുമ്പോഴ് വെള്ളം കുടിക്കാറില്ല. പരിജ്ഞാനം സിദ്ധിച്ചിട്ടില്ലാത്തവർ മതത്തിന്റെ പേരിൽ കാണിക്കുന്നതു്, പരിജ്ഞാനം സിദ്ധിച്ചവർക്കു് ആരോഗ്യത്തിന്റെ പേരിൽ ചെയ്യാവുന്നതാണു്

ബി. ആഹാരത്തിന്റെ സാമ്പത്തികവശം

1. ധാന്യങ്ങളുടെ വെളുപ്പിക്കൽ

5

പഴയ രീതിയിൽ ഗ്രാമങ്ങളിൽ നെല്ലു കുത്തുകയാണെങ്കിൽ, ആ കൂലി അരി പൊടിക്കുന്ന സഹോദരിമാരുടെ മടികഠ നിറയ്ക്കുകയും, വെളുപ്പിച്ച അരി നല്കുന്ന വെറും അന്നജത്തിനുപുറമേ തവിടുള്ള അരിയിൽനിന്നു് അല്പം പോഷണംകൂടി അരി ഉപയോഗിക്കുന്ന അനേകലക്ഷങ്ങഠക്കു ലഭിക്കയും ചെയ്യും. തന്റെ ചവിട്ടടിയിൽപ്പെടുന്ന മനുഷ്യരുടെ ആരോഗ്യത്തെയോ, ധനത്തെയോകുറിച്ചു ലേശം ചിന്തയില്ലാത്ത മനുഷ്യന്റെ അത്യാഗ്രഹമാണു്, നെല്ലു വിളയിക്കുന്ന പ്രദേശങ്ങളിലെല്ലാം ഇന്നു കാണുന്ന അരിമില്ലുകളുടെ കാരണം. പൊതുജനാഭിപ്രായം ശക്തിയേറിയതാണെങ്കിൽ, തവിടുള്ള അരി വേണമെന്നു നിർബന്ധിച്ചും, ഒരു ദേശത്തെ ആസകലം ജനങ്ങളുടെ ആരോഗ്യത്തെ ക്ഷയിപ്പിക്കയും, പാവപ്പെട്ടവരുടെ സത്യസന്ധമായ ഒരു ജീവിതവൃത്തിയെ ചൂഷണം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്ന പ്രവൃത്തി നിറുത്തൽചെയ്യണമെന്നു് അരിമില്ലുടമസ്ഥരോടു് അപേക്ഷിച്ചു് അരിമില്ലുകളെ പ്രവർത്തനസാദ്ധ്യമല്ലാതാക്കാം.

6

ഗ്രാമീണർ അരി സ്വയം പൊടിക്കയും, തവിടു കളയാതെ പൂർണമായി ഉപയോഗിക്കയും ചെയ്യുന്നെങ്കിൽ വർഷംതോറും കുറഞ്ഞതു് 30 കോടി രൂപ ആദായപ്പെടുത്താനും ആരോഗ്യം വർദ്ധിപ്പിക്കാനും സാധിക്കും. വെളുപ്പിക്കാത്ത മുഴുവൻ അരി എന്ന ഒരു സാധനമേ സാധാരണ കടകളിൽ ലഭിക്കയില്ല എന്നതാണു കഷ്ടം.

7

മില്ലിൽ പൊടിച്ച മാവാണു് നാം കഴിക്കുന്നതു്. പാവപ്പെട്ട ഒരു ഗ്രാമീണൻപോലും തലച്ചുമടായി അരമോണ്ടു് ധാന്യമെങ്കിലും പൊടിപ്പിക്കുന്നതിനു് അടുത്തുള്ള മില്ലിലേക്കു പോകും. വളരെയധികം ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങഠ നാം ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും

5. ഹരിജൻ, 26–10–1934 (Diet and Diet Reform p. 42)
6. ഹരിജൻ, 13–4–1935 (Cent per Cent Swadeshi, p. 50)
7. ഹരിജൻ, 11–5–'35 (India of My Dreams, p. 49)

വിദേശത്തുനിന്നു നാം ഗോതമ്പ് ഇറക്കുമതി ചെയ്യുന്നുവെന്നും, ആസ്ട്രേലിയായിൽനിന്നുള്ള 'നേർമയേറിയ' മാവു നാം കഴിക്കുന്നുണ്ടെന്നും നിങ്ങൾ അറിയുന്നുണ്ടോ? കൈകൊണ്ടു പൊടിക്കുന്ന മാവു നാം ഉപയോഗിക്കയില്ല, പാവപ്പെട്ട ഗ്രാമീണനെ മറയനായി നമ്മെ അനുകരിക്കുന്നു. അങ്ങനെ നാം ധനം വ്യർത്ഥമാക്കിയും, തേൻ വിഷമാക്കിയും തീർക്കുന്നു. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ പൂർണമായ ആഹാരമാണ് ഉചിതമായ ഭക്ഷണം. മില്ലിൽ പൊടിക്കുന്ന മാവിൽ ജീവകം ഇല്ല. മില്ലിൽ പൊടിച്ച മാവ് കുറെ ദിവസം വച്ചിരുന്നാൽ ജീവകങ്ങൾ ഇല്ലാതാകുമെന്നുമാത്രമല്ല, വിഷവുമായിരിക്കും. എന്നാൽ ഓരോ ദിവസവും നമുക്കു കഴിക്കാനുള്ള പുതിയ മാവ് ഉണ്ടാക്കുന്നതിനുവേണ്ടി നാം സ്വയം ശ്രമിക്കുന്നില്ല. പോഷകാംശം കുറവുള്ള പദാർത്ഥങ്ങൾക്കു വിലകൊടുത്തു്, ആ കച്ചവടത്തിൽ അനാരോഗ്യം സമ്പാദിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ഇതു മനസ്സിലാക്കുവാൻ വിഷമമുള്ള ഒരു സാമ്പത്തിക സത്യമൊന്നുമല്ല. നമ്മുടെ കൺമുൻപിൽത്തന്നെ ദിവസവും നടക്കുന്ന ഒരു യാഥാർത്ഥ്യമാണ്.

അരി, ശർക്കര, എണ്ണ തുടങ്ങിയവയുടെ കാര്യത്തിലും ഇതുതന്നെയാണു സംഭവിക്കുന്നതു്. സത്തു കളഞ്ഞു് വെളുപ്പിച്ചു് അരി നാം ഉപയോഗിക്കുന്നു. പോഷകാംശം കുറഞ്ഞ പഞ്ചസാര ഉപയോഗിക്കയും, പോഷകാംശം കൂടിയ ശർക്കരയെക്കാൾ കൂടുതൽ വില അതിനു കൊടുക്കയും ചെയ്യുന്നു. ഗ്രാമീണ എണ്ണയാട്ടുകാരെ നാശത്തിലേക്കു തള്ളിവിട്ടിട്ടു്, മായം കലർന്ന എണ്ണകൾ ഉപയോഗിക്കയും ചെയ്യുന്നു. പശുവിനെ നാം ആരാധിക്കയും ക്രമേണ കറേശ്ശയായി അതിനെ കൊല്ലുകയും ചെയ്യുന്നു. നാം തേൻ ഉപയോഗിക്കയും തേനീച്ചകളെ കൊല്ലുകയും ചെയ്യുന്നു. തത്ഫലമായി തേൻ ഇന്നു് അസുലഭമായ ഒരു പദാർത്ഥമായിരിക്കയാണ്. എന്നെപ്പോലുള്ള മഹാത്മാക്കൾക്കോ, മരുന്നുകളിൽ ചേർക്കാൻ വൈദ്യനിൽനിന്നു ലഭിക്കാവുന്നവർക്കോ മാത്രമേ ഇന്നതു കിട്ടുന്നുള്ളു. ശാസ്ത്രീയവും നിരുപദ്രവകരവുമായ തേനീച്ചവളർത്തൽ പഠിക്കുന്നതിനു ബുദ്ധിമുട്ടുകയാണെങ്കിൽ, ലാഭത്തിൽ നമുക്കു തേൻ കിട്ടുകയും, കുട്ടികൾക്കു് അവർക്കാവശ്യമുള്ളിടത്തോളം കാർബോഹൈഡ്രേറ്റുകൾ അതിൽനിന്നു ലഭിക്കയും ചെയ്യും. നമ്മുടെ ആഹാരകാര്യങ്ങളിലെല്ലാം നാം വസ്തുവായി നിഴലിനെ തെററുധരിക്കയും, വിലയേറിയ അസംസ്കൃത പഞ്ചസാരയെക്കാൾ, വെളുത്ത പഞ്ചസാരയെ വിലമതിക്കയും, വെളുത്ത റൊട്ടിയെ പോഷകാംശമുള്ള തവിട്ടുറൊട്ടിയെക്കാൾ ഇഷ്ടപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു.

2. ഏററവും കുറഞ്ഞ ഭക്ഷണത്തോടു്

8

എനിക്കു ലഭിച്ചിട്ടുള്ള സ്ഥിതിവിവരക്കണക്കനുസരിച്ചു് ഇന്ത്യയിലാകമാനം, പഞ്ചാബിലൊഴികെ ഉള്ള ജനങ്ങൾ പോഷക മൂല്യം കുറഞ്ഞ ആഹാരപദാർത്ഥമാണു് ഉപയോഗിക്കുന്നതു്.

കുറഞ്ഞ തോതിലുള്ള ആഹാരക്രമത്തെ സംബന്ധിച്ചു് ഏററവും സഹായകമായ ഒരു ലഘുലേഖ ബോംബെയിലെ കുട്ടികളുടെ ആരോഗ്യവാരസംഘടനയ്ക്കായി (ഡെലീസിൽ റോഡ്,ബോംബെ —11) ഡോ. എച്ചു്. വി. തിലക് തയ്യാറാക്കിയതാണു്. സമീകൃതാഹാരം എന്നാണതറിയപ്പെടുന്നതു്. അതിൻെറ വില 4 അണയാണു്. അതു മറാത്തിയിലേക്കും, ഗുജറാത്തിയിലേക്കും തർജമ ചെയ്തിട്ടുണ്ടു്. ഈ ലഘുലേഖയിൽ ശുപാർശ ചെയ്തിരിക്കുന്ന ആഹാരക്രമത്തിൽ പലതരത്തിലുള്ള മുഴുവൻ ധാന്യങ്ങൾ (ചിലതു കിളിർപ്പിച്ചതു്)സോയാബീൻസ്, കൊഴുപ്പു മാററിയ പാൽപ്പൊടി, മലക്കറികൾ എന്നിവയുൾപ്പെടുന്നു. വളരെയധികം വെളുപ്പിച്ച അരിയും, വളരെക്കുറച്ചു മലക്കറികളും പാലും ഉപയോഗിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നപ്പോൾ 13 ഗ്രാം മാത്രം തൂക്കമുണ്ടായിരുന്ന ഒരു വെള്ളെലിക്കു മേൽപ്പറഞ്ഞ ആഹാരംകൊണ്ടു 55 ഗ്രാം തൂക്കമുണ്ടാകുന്നു. ആ ലഘുലേഖയിൽ ശുപാർശ ചെയ്തിരിക്കുന്ന ആഹാരക്രമം ശ്രദ്ധാപൂർവം നടത്തിയ പരീക്ഷണങ്ങളുടെ ഫലമായി തയ്യാറാക്കിയതാണു്. ബോംബെയിൽ ഇതിനു പ്രതിമാസം 5 രൂപയാണു ചെലവു്. ബോംബെയെപ്പോലുള്ള ഒരു സ്ഥലത്തുപോലും ഒരു സാധുവിൻെറ ആഹാരക്രമത്തിൽ സോയാബീൻസും കൊഴുപ്പുനീക്കിയ പാൽപ്പൊടിയും ഉൾപ്പെടുത്തുന്നതിൻെറ സാദ്ധ്യതകളെക്കുറിച്ചു് എനിക്കു സംശയങ്ങളുണ്ടു്. ഡോ. തിലക് ശുപാർശചെയ്യുന്ന പയറുകളുടെയും യവത്തിൻെറയും കിളിർപ്പിക്കലും, മററും ഓരോ സ്വകാര്യകുടുംബാന്തരീക്ഷത്തിലും നടപ്പാക്കുക എന്നതു വളരെ പ്രയാസമാണു്. ഗ്രാമങ്ങളിൽ കൊഴുപ്പു മാററിയ പാൽ ലഭിക്കയില്ല. നൂറുകണക്കിനു ഗ്രാമങ്ങളിൽ ഒരു തുള്ളി ശുദ്ധമായ പാലോ നെയ്യോ കിട്ടുകയില്ല എന്നെനിക്കറിയാം. തയ്യാറാക്കപ്പെട്ട ഈ പട്ടികകൾ ഞാൻ ഒരു അടിസ്ഥാനമായി ഇവിടെ പ്രസ്താവിക്കയാണു്. ഡോ. തിലകിൻെറ ആഹാരക്രമം നേടിയതായി അവകാശപ്പെടുന്ന ഫലങ്ങൾ ഉല്പാദിപ്പിക്കുന്നതും, അവരവരുടെ പ്രദേശങ്ങളിലെ ഗ്രാമങ്ങളിലേക്കു കൂടുതൽ യോജിച്ചതുമായ ഒരു പട്ടിക വിദഗ്ദ്ധന്മാർ തയ്യാറാക്കട്ടെ.

9

1935 ഒക്ടോബർ 22–ാം തീയതി ഗാന്ധിജിയുടെ അതിഥികളായിരുന്ന ഗ്രാമീണജോലിക്കാരോടു് അദ്ദേഹം നടത്തിയ ഒരു

8. ഹരിജൻ, 31–8–1935 (Diet and Diet Reform, p. 30)
9. ഹരിജൻ, 2–11–1935 (Diet and Diet Reform, pp. 31—33)

പ്രഭാഷണത്തിന്റെ രത്നച്ചുരുക്കം എം. ഡി. തയ്യാറാക്കിയതിൽനിന്നും ഉള്ള ഒരു ഉദ്ധാരണമാണു് താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്നതു്:

ഇന്നത്തെ ആഹാരപ്പട്ടിക അല്പം ശ്രദ്ധാപൂർവ്വമായ വിചാരത്തോടുകൂടി ഞാൻതന്നെ തിരഞ്ഞെടുത്തതായതുകൊണ്ടും, ഗ്രാമീണജോലിക്കാരുടെ ആവശ്യങ്ങൾക്കായി പ്രത്യേകിച്ചും തയ്യാറാക്കിയതായതിനാലും, അതിനെക്കുറിച്ചു് നിങ്ങളോടു് എനിക്കു് അല്പം സംസാരിക്കേണ്ടതുണ്ടു്. പോഷകാംശം അടങ്ങിയതും, എന്നാൽ ഒരു സാധാരണഗ്രാമീണജോലിക്കാരന്റെ വരവിനുള്ളിൽ ഒതുങ്ങുന്നതും, എട്ടുമണിക്കൂറിന്റെ കുറഞ്ഞ ശമ്പളമായി നാം കണക്കാക്കിയിരിക്കുന്ന മൂന്നണയുടെ ചെലവിൽ നില്ക്കുന്നതുമായ ആഹാരം നിങ്ങൾക്കു തരികയെന്നുള്ളതായിരുന്നു ഇതിന്റെ ഉദ്ദേശ്യം.

ഇന്നു് ഊണുകാരായി നമ്മൾ 98 പേരുണ്ടായിരുന്നു. ആഹാരത്തിനുള്ള ആകെച്ചെലവു് 9രൂ. 14ണ 3 പൈസയാണു്. അതായതു് ഓരോരുത്തരുടെ ആഹാരത്തിനും 6 പൈസയിൽ അല്പം മാത്രം കൂടുതൽ, അതിന്റെ വിശദവിവരം ഇതാ:

			രൂ.	ണ.	സ.
36	പൗണ്ടു്	ഗോതമ്പുമാവു്	1	8	0
12	,,	തക്കാളിപ്പഴം	0	11	3
4	,,	ശക്കര	0	6	3
24	,,	ചുവന്ന കുമ്മട്ടിക്കാ	0	7	6
6	,,	ചെറുചണ എണ്ണ	1	2	0
50	,,	പാൽ	3	13	0
4	,,	സോയാബീൻസ്	0	6	0
4	,,	തേങ്ങ	0	4	0
16	,,	കോത്തു പഴം	0	2	0
		പുളിയും ഉപ്പും	0	2	3
		വിറകു്	1	0	0
		ആകെ	9	14	3

നിങ്ങൾക്കു് എല്ലാവർക്കും അപ്പം നൽകുന്നതിൽ ഞാൻ ബുദ്ധിമുട്ടേണ്ടതില്ലെന്നും, വെറും ഗോതമ്പു കുറുക്കിയതു് (എന്നും കാലത്തു ഇവിടെ അതാണു ഞങ്ങൾക്കുള്ളതു) കൊടുത്താൽ മതിയെന്നും അങ്ങനെ കുറെയധികം ബുദ്ധിമുട്ടു് കുറയ്ക്കാമെന്നും വിനോബാ എന്നോടു് അഭിപ്രായപ്പെട്ടു. പാടില്ല, എന്നു ഞാൻ എന്നോടുതന്നെ പറഞ്ഞു. ബലമുള്ള പല്ലുകൾ ഈശ്വരൻ നല്കിയിരിക്കുന്ന യുവാക്കന്മാരായ നിങ്ങൾക്കു് ആർക്കും ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയുന്നതും, ഒരു സ്ഥലത്തുനിന്നു വേറൊരിടത്തേയ്ക്കു് എളുപ്പത്തിൽ ഒരാൾക്കു കൊണ്ടുപോകാവുന്നതും, ഒന്നുരണ്ടു ദിവസത്തേക്കു സൂക്ഷിക്കാൻ കഴിയുന്നതുമായ നല്ല കടുപ്പമേറിയ മൊരിച്ച അപ്പംതന്നെ നൽകണമെന്നു ഞാൻ

കരുതി. മാവു കുഴയ്ക്കുന്നതിനു മുമ്പായി ചെറുചണഎണ്ണ അതിൽ ചേർത്തു. ഇതു മാവിനെ മൃദുവും എന്നാൽ ഒട്ടിപ്പിടിക്കാത്തതും ആക്കിത്തീർത്തു. അതിനുശേഷം നമുക്കു് ഇലക്കറിയും, പുതിയ പച്ചക്കറിയും വേണ്ടതുകൊണ്ടു തക്കാളി സജ്ജമാക്കി; ഈ പ്രദേശത്തു ധാരാളം ലഭിക്കുന്ന കോത്തുപഴങ്ങളും, നമ്മുടെ തോട്ടത്തിൽ ഉള്ള ഇലകളും ഉപയോഗിച്ചു രണ്ടു ചമ്മന്തികളും ഉണ്ടാക്കി. വിരേചനം ഉണ്ടാക്കുന്നതിനും, അതിസാരം ഇല്ലാതാക്കുന്നതിനും ഉള്ള കഴിവിനു കോത്തുപഴങ്ങൾ പ്രസിദ്ധമാണു്. ശർക്കരയുമായി അതു നല്ലവണ്ണം ചേരുകയും, മധുരമുള്ള ചമ്മന്തി ഉണ്ടാക്കയും ചെയ്യാം. നമ്മുടെ ആഹാരത്തിൽ നല്ലവണ്ണം ജീവകങ്ങളും കലർന്നിരിക്കേണ്ടതുകൊണ്ടു്, മററെ ചട്ട്നിയിൽ കുറച്ചു തേങ്ങയും, പുളിയും ഉപ്പും ചേർത്തിരുന്നു.

തിരഞ്ഞെടുത്ത മലക്കറി കിട്ടാവുന്നതിൽ ഏററവും വിലകുറഞ്ഞതും നമ്മുടെ ഗ്രാമത്തിൽ എവിടേയും വളരുന്നതുമാണു്. ചട്ട്നി ഉണ്ടാക്കിയതിൽ ഞാൻ പുളിയുടെ ഉപയോഗവും അനുവദിച്ചതു നിങ്ങൾ കണ്ടല്ലോ. പുളിയോടു പൊതുവേ ഒരു വെറുപ്പു് ഉണ്ടെങ്കിലും അതു് ഒരു നല്ല വിരേചനൗഷധവും, രക്തശുദ്ധീകരണസാധനവുമാണു്. മലമ്പനികൊണ്ടു കഷ്ടപ്പെട്ടിരുന്ന ഒരു ആശ്രമവാസിക്കു പുളിവെള്ളം ധാരാളമായി ഞാൻ കൊടുക്കുകയുണ്ടായി. വളരെ നല്ല ഫലം അനുഭവപ്പെട്ടു. മലബന്ധത്തിനും പലപ്പോഴും ഞാൻ ഇതു കൊടുത്തുനോക്കിയിട്ടുണ്ടു്.

ആഹാരത്തിന്റെ ഒരു പ്രധാന ഘടകമാണു പാൽ. നിങ്ങളുടെ ആഹാരവിഭവപ്പട്ടികയിൽ അര പൗണ്ടു പാൽ ഉൾപ്പെട്ടിരുന്നു. പക്ഷേ നിങ്ങൾക്കു ഞാൻ നെയ്യു് തന്നില്ല എന്നുള്ളതു നിങ്ങൾ കണ്ടുകാണും. എന്തായാലും അതു നിങ്ങൾക്കു നഷ്ടപ്പെട്ടിട്ടില്ലെന്നു ഞാൻ വിചാരിക്കുന്നു. കാരണം, ഞാൻ നിങ്ങൾക്കു സോയാബീൻസും എണ്ണയും നല്കി. സോയാബീൻസിൽ ധാരാളം എണ്ണയും (20%) മാംസ്യവും (40%) ഉണ്ടു്. നിലക്കടലയിലും ധാരാളം എണ്ണയുണ്ടു്. എന്നാൽ അതിൽ വളരെയധികം അന്നജം അടങ്ങിയിട്ടുണ്ടു് എന്നു് ഒരു ദോഷവുമുണ്ടു്. സോയാബീൻസ് താരതമ്യേന അക്കാര്യത്തിൽ വ്യത്യസ്തമാണു്. സോയാബീൻസിനോടൊപ്പം പാലു്, നമുക്കാവശ്യമുള്ള അത്രയും കൊഴുപ്പു നൽകുന്നു: പിന്നെന്തിനു നെയ്യുണ്ടാക്കുന്നതിനു് ആവശ്യമില്ലാത്ത ബുദ്ധിമുട്ടിനു പോകുന്നു? നല്ല നെയ്യു ലഭിക്കുകയെന്നതു സംശയാസ്പദമായിരിക്കുന്നിടത്തു് എന്തിനാണു് അശുദ്ധമായ നെയ്യു്? എന്നാൽ പാലോ തൈരോ, എത്ര തുച്ഛമെങ്കിലുമാകട്ടെ, നമുക്കു വേണ്ടതാണു്. സസ്യക്കൊഴുപ്പിന്റെയും, മാംസ്യങ്ങളുടെയും ദഹനത്തെ ഇതു സഹായിക്കുന്നുവെന്നു വൈദ്യന്മാർ പറയുന്നു. അതുകൊണ്ടു്, ഭയം കൂടാതെ നെയ്യു് നിങ്ങൾക്കുപേക്ഷിക്കാം. എന്റെ സംരക്ഷണയിൽ ഈയിടെ രണ്ടു ചെറിയ കുട്ടികളുണ്ടായിരുന്നു. അവരുടെ ഭക്ഷണക്രമം ഞാൻ ശ്രദ്ധാപൂർവം നിയന്ത്രിച്ചിരുന്നു. ഞാൻ നെയ്യു് അതിൽനിന്നും മാററി

യിരുന്നു. നെയ്യ് വേണ്ടെന്നുവച്ചതുകൊണ്ട് അവക്കു യാതൊരു കഷ്ടപ്പാടുമില്ലെന്നു ഞാൻ കണ്ടു. പക്ഷേ വേണ്ടുവോളം പാൽ ഞാൻ അവക്കു കൊടുത്തിരുന്നു.

നമ്മുടെ ആഹാരവിഭവപ്പട്ടിക അനുസരിച്ച് നമുക്കു ആറുപൈസയിൽ അല്പംമാത്രം കൂടുതൽ ചെലവുണ്ട്. അതൊരു സമ്പൂർണ്ണ ആഹാരമായിരുന്നു. മററു ഭക്ഷണങ്ങൾ ഇത്രമാത്രം കട്ടിയായിരിക്കേണ്ടതില്ല. അതുകൊണ്ട് അവ മൂന്നു ഒരണയിൽ കൂടുതലോ മറേറാ ചെലവാകേണ്ട കാര്യമില്ല. മററു ഭക്ഷണങ്ങൾക്കു പാൽ ഉപേക്ഷിക്കാം. ഗോതമ്പപ്പവും സോയാബീൻസും, ചട്ട്നിയും ധാരാളം മതിയാകും.

10

'നിങ്ങളുടെ ആഹാരം തീരെ അപര്യാപ്തമാണ്. അത് ഒരു പട്ടിണി ആഹാരമാണ്. എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ ദൈവം നിങ്ങൾക്കു വിധേയമാക്കിയിട്ടുള്ള ഉപകരണത്തെ നിങ്ങൾ പൂർണമായി ഉപയോഗിക്കുന്നില്ല. ഉപയോഗിക്കാൻ അറിഞ്ഞുകൂടാഞ്ഞോ, അറിഞ്ഞിട്ടും ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കയോ ചെയ്ത ഒരുവന്റെ കഴിവുകളെ അവനിൽനിന്നും എടുത്തുകളഞ്ഞ കഥ നിങ്ങൾക്കറിയാമോ?

'ശരീരം ഒരുവനെതിരായി മത്സരിക്കുമ്പോൾ ശരീരപീഡനം ആവശ്യമാണ്. എന്നാൽ ശരീരം അധീനപ്പെട്ടു കഴിഞ്ഞ് അതു സേവനത്തിനുള്ള ഒരു ഉപകരണമായി ഉപയോഗിക്കാറാവുമ്പോൾ, ശരീരപീഡനം ഒരു പാപമാണ്. മറെറാരുതരത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ ശരീരത്തെ പീഡിപ്പിക്കുന്നതിൽ സ്ഥായിയായ ശ്രേഷ്ഠതയൊന്നുമില്ല.'

3. *വിവിധ ചേരുവകൾ*

11

ഒരു സമയത്ത് ഒരുതരം ധാന്യം ഉപയോഗിക്കുക. സസ്യങ്ങൾക്കും പഴങ്ങൾക്കും പുറമെ സാധാരണ വീടുകളിൽ ചപ്പാത്തി, ചോറ്, പയർവർഗ്ഗങ്ങൾ, പാൽ,നെയ്യ്, ശർക്കര,എണ്ണ തുടങ്ങിയവ

---

10. ഹരിജൻ, 2–11–'35((Sarvodaya, p. 16)
ദിവസം മൂന്നണയിൽ കൂടുതൽ ചെലവാക്കാത്ത ഒരു ഗ്രാമീണ ഭക്ഷണക്രമം അനുസരിച്ച് ഒരു ഗ്രാമീണ ജോലിക്കാരൻ ജീവിക്കണമെന്ന് ഗാന്ധിജി നിർബന്ധിക്കുമ്പോൾ പട്ടിണിയോ ശരീര പീഡനമോ അല്ല അദ്ദേഹം നിഷ്ക്കർഷിക്കുന്നത്. ദിവസം ഒരണ മാത്രം ചെലവുള്ള 15 തോലാ പാകം ചെയ്ത അരിയും, അംതിയും(മലക്കറിയും പരിപ്പും ചേർത്തത്)തൈരും മാത്രം അടങ്ങിയ ഒരു നേരത്തെ ആഹാരം കഴിച്ച് കർശനമായ ദിനചര്യ സ്വയമേറെറടുത്ത ഒരു പ്രവർത്തകനു് ഗാന്ധിജി എഴുതിയതാണ് മുകളിൽ കൊടുത്ത ഭാഗം.
11. ഹരിജൻ, 25–2–'42 (Diet and Diet Reform, p· 34)

ഉപയോഗിക്കുന്നു. ഇതു് ആരോഗ്യപരമായ ഒരു ചേരുവയായി ഞാൻ കരുതുന്നു. പാൽ, ചീസ്, മുട്ട, ഇറച്ചി തുടങ്ങിയ ജന്തുമാംസ്യങ്ങൾ ലഭിക്കുന്നവർക്കു പയർവർഗങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല. സാധുക്കളായവർക്കു സസ്യമാംസ്യംമാത്രമേ ലഭിക്കുന്നുള്ളു. സമ്പന്നരായവർ പഴവർഗങ്ങളും എണ്ണയും ഉപേക്ഷിക്കയാണെങ്കിൽ ജന്തുമാംസ്യമോ മാംസ്യക്കൊഴുപ്പോ ലഭിക്കാത്ത സാധുക്കളായവർക്കു് അത്യാവശ്യമായ അവ രണ്ടും സ്വാതന്ത്ര്യമായി വിട്ടുകൊടുക്കാം. കഴിക്കുന്ന ധാന്യങ്ങൾ കൂടുതൽ നനഞ്ഞതായിരിക്കരുതു്. ഉണങ്ങിയ രൂപത്തിൽ ചാറിലൊന്നും മുക്കാതെ കഴിക്കയാണെങ്കിൽ പകുതി അളവു മതിയാകും. ഉള്ളി, കാരട്ടു്, റാഡിഷ്, സാലഡ്, ഇലകൾ, തക്കാളിപ്പഴം മുതലായവ അടങ്ങിയ വേവിക്കാത്ത സാലഡ് കൂട്ടി അതു ഭക്ഷിക്കുകയാണു നല്ലതു്. ഒന്നോ രണ്ടോ ഔൺസ് സാലഡ് എട്ടു് ഔൺസു പാകം ചെയ്ത പച്ചക്കറിയുടെ ഗുണം ചെയ്യുന്നുണ്ടു്. ചപ്പാത്തിയോ റൊട്ടിയോ പാൽകൂട്ടി കഴിക്കരുതു്. പ്രാരംഭത്തിൽ ഒരു ഭക്ഷണം ചപ്പാത്തിയോ റൊട്ടിയോ ഏതെങ്കിലും ഒന്നു പാകം ചെയ്യാത്ത മലക്കറിയും കൂട്ടിയാവാം. രണ്ടാമത്തെ ആഹാരം പാലിൻെറയോ തൈരിൻെറയോ കൂടെ പാകംചെയ്ത പച്ചക്കറി ചേർന്നതുമാകാം.

മധുരസാധനങ്ങൾ ഒന്നോടെ വർജിക്കണം. പകരം ശർക്കരയോ പഞ്ചസാരയോ ചെറിയ അളവിൽ പാലിൻെറയോ റൊട്ടിയുടേയോ കൂടെയോ അതു തനിച്ചോ ഉപയോഗിക്കാം.

പാകം ചെയ്യാത്ത പഴം കഴിക്കാൻ നല്ലതാണു്. എന്നാൽ ശരീരത്തിനു സുഖം നല്കുന്നതിനു വളരെ കുറച്ചുമാത്രം മതിയാകും. വളരെ വിലയേറിയ ഒരു പദാർത്ഥമാണതു്. പണക്കാരുടെ അമിതമായ ഉപയോഗംമൂലം അവരേക്കാൾ അതു് ആവശ്യമുള്ള പാവപ്പെട്ടവനും, രോഗിക്കും അതു നഷ്ടപ്പെടുകയാണു്.

ആഹാരക്രമത്തെക്കുറിച്ചു പഠിച്ചിട്ടുള്ള ഏതു ഭിഷഗ്വരനും, ഞാൻ നിർദേശിച്ചതു ശരീരത്തിനു യാതൊരു കുഴപ്പവും ചെയ്യുകയില്ലെന്നും നേരേമറിച്ചു മെച്ചപ്പെട്ട ആരോഗ്യത്തിനു് അതു സാധകമായിരിക്കുമെന്നും സമ്മതിക്കും.

12

ഒരു ആറു വർഷത്തേക്കു പഴങ്ങളും അണ്ടിപ്പരിപ്പുകളും മാത്രം ഭക്ഷിച്ചു കഴികയും സാധാരണ ഭക്ഷണത്തിൻെറ ഒരു ഭാഗമായി നിർലോപമായി പഴങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കയും ചെയ്ത എന്നേപ്പോലെ ഒരു പക്ഷേ വേറെ എൻെറ അറിവിൽ ആരെങ്കിലും പഴങ്ങൾ ഇത്രമാത്രം ഉപയോഗിച്ചിട്ടുണ്ടായിരിക്കയില്ല. എന്നാൽ ഇതെഴുതുമ്പോൾ

---

12. Sevagram, 28–2–'42, Harijan, 15–3–'42 (Diet and Diet Reform p. 36)

ഇന്ത്യയുടെ പ്രത്യേകമായ അവസ്ഥയാണ് എൻെറ മനസ്സിലുള്ളതു്; അതിൻെറ വലിപ്പത്തിനും വിവിധ കാലാവസ്ഥകൾക്കും അനുസരിച്ചു് അതിൻെറ ജനങ്ങൾക്കു് ഏററവും നിർല്ലോപമായി പഴങ്ങളും മലക്കറിയും പാലും ലഭിക്കേണ്ടതാണു്. എന്നിട്ടും ഇക്കാര്യത്തിൽ അതു് ഏററവും ദരിദ്രമായ ഒരു രാജ്യമാണു്. അതുകൊണ്ടു് ഏററവും എളുപ്പമായി തോന്നിയതു ഞാൻ പ്രസ്താവിച്ചു. ആരോഗ്യം നിലനിർത്തുന്നതിനു പാകപ്പെടുത്താത്ത പഴങ്ങളും മലക്കറിയും ആഹാരത്തിൻെറ പ്രധാനഭാഗമായിത്തീരണമെന്നുള്ള എൻെറ അഭിപ്രായം ഞാൻ സന്തോഷത്തോടെ അംഗീകരിക്കുന്നു. ഇന്ത്യയുടെ സ്ഥിതി മനസ്സിലാക്കി പ്രാദേശിക സംഭരണത്തിനു സാധിക്കുന്ന രീതിയിൽ ഗ്രാമങ്ങളിൽ വളർത്തുന്നതോ വേഗത്തിലും കുറഞ്ഞ ചെലവിലും വളർത്തുവാൻ കഴിയുന്നതോ ആയ പച്ചക്കറികളുടെ ഒരു പട്ടിക നിർദ്ദേശിക്കുക വൈദ്യവൃത്തിക്കാരുടെ ചുമതലയാണു്. ഉദാഹരണമായി കാട്ടുപഴങ്ങൾ ധാരാളമായുണ്ടാകുന്നു. അവ ചന്തയിലേക്കു വില്ക്കാൻ കൊണ്ടുപോകണമെന്നില്ല. എന്നാൽ പറിച്ചെടുത്തുപയോഗിക്കാവുന്നതാണു്. ഇതു ഗവേഷണത്തിനുള്ള വിശാലമായ ഒരു രംഗമാണു്. പണമോ ഒരുപക്ഷേ, പ്രശസ്തിയോ സംഭാവന ചെയ്യാൻ അതിനു കഴിയുകയില്ലായിരിക്കും. എന്നാൽ അതു മൂകലക്ഷങ്ങളുടെ കൃതജ്ഞത ആർജിക്കും.

13

ബംഗാളിൽ ഫലഭൂയിഷ്ഠമായ ഭൂമിയുണ്ടു്. ഭക്ഷിക്കാൻ കൊള്ളാവുന്ന കിഴങ്ങുകൾ അവിടെ ഉത്പാദിപ്പിക്കാൻ കഴിയും. എന്നാൽ ആളുകളുടെ രുചിയും പഴയ സമ്പ്രദായങ്ങളും മാററാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നതിനു പ്രയാസമാണു്. ഈ തേങ്ങകൾ നോക്കുക. തേങ്ങ നല്ല ഒരു പോഷകാഹാരമാണു്. ഞാൻ സ്വയം അതിനോടു പരിചയപ്പെടുവാൻ ശ്രമിക്കയാണു്. തീർച്ചയായും ഞാൻ അതിൽനിന്നു് എണ്ണ എടുക്കുന്നുണ്ടു്. അതിൻെറ ശേഷിക്കുന്ന ഭാഗത്തിൽ ധാരാളം മാംസ്യം അടങ്ങിയിട്ടുണ്ടു്. അടുത്തതായി ബംഗാളിൽ കാണപ്പെടുന്ന ഉരുളക്കിഴങ്ങുവർഗത്തിൽപ്പെടുന്ന മററനവധി കിഴങ്ങുകളുടെ കാര്യമെടുക്കാം. ഇവ നല്ല ആഹാരമായി ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണു്. ഇതുകൂടാതെ ധാരാളം മത്സ്യങ്ങളും ഉണ്ടു്. മത്സ്യവും തേങ്ങയും ഈ കിഴങ്ങുകളും അരിയുടെ സ്ഥാനം ശരിയായി വഹിക്കും.

14

സോയാബീൻസ് എവിടെനിന്നു ലഭിക്കുമെന്നും, അവ എങ്ങനെയാണു വിതയ്ക്കേണ്ടതെന്നും, ഏതു വിധമാണു പാകം ചെയ്യേണ്ടതെന്നും അന്വേഷണങ്ങൾ നടത്തിവരുന്നുണ്ടു്. ബറോഡാ സംസ്ഥാന

13. ഹരിജൻ, 9–2–1947 (Food shortage and Agriculture, p. 45)
14. ഹരിജൻ, 9–11–1935 (Food Shortage and Agriculture, pp. 32–33)

ഭക്ഷണ നിരീക്ഷണ ഓഫീസ് പ്രസിദ്ധീകരിച്ച ഒരു ഗുജറാത്തി ലഘുലേഖയിലെ പ്രധാന ഭാഗങ്ങളുടെ ഒരു സ്വതന്ത്ര വിവർത്തന മാണ് ചുവടെ ചേർക്കുന്നതു്.

'ഒരടിമുതൽ പതിനഞ്ചു് ഇഞ്ചുവരെ ഉയരമുള്ള ഒരു ചെടിയി ലാണു് സോയാബീൻസ് ഉണ്ടാകുന്നതു്. ഓരോ കായിലും ശരാ ശരി മൂന്നു പയറുകൾ കാണും. ഈ ചെടി വിവിധ തരത്തിലുണ്ടു്. പയറു വെളുത്തോ മഞ്ഞച്ചോ കറുപ്പായോ പലനിറം കലർന്നോ ഇ രിക്കും. മഞ്ഞ ഇനത്തിനാണു് ഏററവും അധികം ശതമാനം മാം സ്യവും കൊഴുപ്പുമുള്ളതു്. ഈ ഇനം മാംസത്തേക്കാളും മുട്ടയെക്കാ ളും പോഷകാംശം ഏറിയതാണു്; ചൈനാക്കാർ ബീൻസ് ചോ റിനൊടൊത്തു് ഉപയോഗിക്കുന്നു. 5 ഭാഗം ഗോതമ്പുമാവിനു് ഒരു ഭാഗം എന്ന അളവിൽ സോയാബീൻ മാവു് സാധാരണമാവിൻെറ കൂടെ ചേർത്തു ചപ്പാത്തി ഉണ്ടാക്കാം.

സോയാബീൻസ് കൃഷി, മണ്ണിനെ പുഷ്ടിപ്പെടുത്തുന്നു. മററു ചെടികളെപ്പോലെ മണ്ണിൽനിന്നും നൈട്രജൻ എടുക്കുന്നതിനുപക രം സോയാബീൻസ് വായുവിൽനിന്നു് അതു സ്വീകരിക്കുകയും, അങ്ങനെ മണ്ണിനെ പുഷ്ടിപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുന്നു.

സോയാബീൻസ് മിക്കവാറും എല്ലാ മണ്ണുകളിലും വളരുന്നു. പരുത്തിയോ ധാന്യമോ വിളയുന്നതിനു് അനുയോജ്യമായ മണ്ണി ലാണു് ഇതു് ഏററവും നന്നായി വളരുന്നതു്. സോയാബീൻസ് വിതച്ചാൽ ഉപ്പു കലർന്ന മണ്ണു് മെച്ചപ്പെടുന്നു. അങ്ങനെയുള്ള മ ണ്ണിൽ കൂടുതൽ വളം ഉപയോഗിക്കണം, പഴകിയ ചാണകം,പുല്ലു്, ഇല, കുപ്പവളം തുടങ്ങിയവ ഈ കൃഷിക്കു് ഉപയോഗപ്രദമാണു്.

സമശീതോഷ്ണാവസ്ഥ ബീൻസിനു് അനുയോജ്യമാണു്. 40 ഇഞ്ചിൽ കൂടുതൽ മഴ പെയ്യാത്തിടത്തു് ഇതു പുഷ്ടിയായി വള രുന്നു. വെള്ളം കെട്ടിക്കിടക്കുന്ന മണ്ണിൽ ഇതു വിതയ്ക്കരുതു്. സാ ധാരണമായി ആദ്യത്തെ മഴയ്ക്കുശേഷം ബീൻസ് വിതയ്ക്കുന്നു. എന്നാൽ ഏതു കാലാവസ്ഥയിലും ഇതു വിതയ്ക്കാവുന്നതാണു്. ഉണ ക്കുള്ള സമയത്തു് ആഴ്ചയിൽ ഒരിക്കൽ ഇതു നനയ്ക്കേണ്ടിയിരി ക്കുന്നു. മണ്ണു വേഗം ഉണങ്ങുന്നതാണെങ്കിൽ ആഴ്ചയിൽ രണ്ടു പ്രാവശ്യവും നനയ്ക്കേണ്ടതു് ആവശ്യമാണു്.

വേനൽക്കാലത്താണു് മണ്ണു ശരിയായി തയ്യാറാക്കാൻ പററി യതു്. അതു് ഉഴുതുമറിച്ചു സൂര്യരശ്മി കിട്ടത്തക്കവണ്ണം ഇടണം. പിന്നീടു് കട്ടകൾ പൊട്ടിച്ചു തരിമണ്ണാക്കിയിടണം.

ഇരുപത്തിനാലുമുതൽ മുപ്പത്തിയാറിഞ്ചുവരെ അകലത്തിൽ വിത്തുകൾ വരിവരിയായി വിതയ്ക്കണം. ചെടികൾ അവയുടെ നിരയിൽ മൂന്നോ നാലോ ഇഞ്ചു് അകലത്തിലായിരിക്കണം. കൂ ടെക്കൂടെ കള പറിച്ചുകളയണം.

ഇരുപതു മുതൽ മുപ്പതു വരെ പൗണ്ട വിത്തുകൾ ഒരേക്കറിൽ വിതയ്ക്കാം. രണ്ടിഞ്ചിൽ കൂടുതൽ താഴ്ചയിൽ അവ വിതയ്ക്കരുതു്. ഒരു ഏക്കറിനു് ഏകദേശം 10 വണ്ടി വളം ആവശ്യമാണു്.

വിത്തുകൾ മുളച്ചാൽ ഒരു ചെറിയ കലപ്പകൊണ്ട ശരിയാംവണ്ണം കള നീക്കംചെയ്യണം. കട്ടകൾ എല്ലാം പൊട്ടിച്ചിടണം. വിതച്ചു് 120 ദിവസങ്ങൾക്കശേഷം പയറു പറിക്കാറാകും. ഇലകൾ മഞ്ഞയായി മാറി പൊഴിയാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ കായ് പറിക്കണം. അവ പൊട്ടുന്നതുവരെ ചെടിയിൽ നിൽക്കാൻ അനുവദിക്കരുതു്. അല്ലാത്തപക്ഷം, വിത്തുകൾ താഴെവീണു മണ്ണിൽ നഷ്ടമാകും.'

4. *ദേശീയ ആഹാരം*

15

നമ്മുടേതല്ലാത്ത മററു സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ കഴിക്കുന്ന ആഹാരത്തോട്ട സ്വയം പൊരുത്തപ്പെട്ടുപോകാൻ നമുക്ക കഴിയേണ്ടതാണെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. പ്രത്യക്ഷത്തിൽ ഈ പ്രശ്നം തോന്നുന്നതുപോലെ അത്ര ലഘുവായ ഒന്നല്ലെന്നു് എനിക്കറിയാം. ഗുജറാത്തിഭക്ഷണം ശീലിക്കാൻ ഭഗീരഥപ്രയത്നം നടത്തിയിട്ട പരാജയപ്പെട്ട ദാക്ഷിണാത്യരെ എനിക്കറിയാം. ഗുജറാത്തികൾ തെക്കൻ പാചകരീതി ഇഷ്ടപ്പെടുകയില്ല. മററു സംസ്ഥാനക്കാർക്ക രുചികരമല്ലാത്ത പല സ്വാദുള്ള ആഹാരസാധനങ്ങളും ബംഗാളിൽ ഉണ്ടാക്കുന്നുണ്ട്. നമ്മൾ പ്രാദേശികബുദ്ധിവിട്ട ദേശീയബോധമുള്ളവരാകണമെങ്കിൽ ആഹാരരീതികൾ പരസ്പരം കൈമാറുകയും രുചിതാത്പര്യങ്ങൾ ലഘൂകരിക്കയും എല്ലാവർക്കും നിർഭയം ഉപയോഗിക്കാവുന്ന ആരോഗ്യപ്രദമായ ആഹാരവിഭവങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുകയും വേണം. ഇതിന്റെ അർത്ഥം വിവിധപ്രദേശങ്ങളിലും, ജാതികളിലും, വർഗവിഭാഗങ്ങളിലും പെട്ടവർ ഉപയോഗിക്കുന്ന ആഹാരങ്ങളെക്കുറിച്ചു സൂക്ഷ്മമായ ഒരു പഠനം നടത്തുകയെന്നതാണു്. നിർഭാഗ്യവശാലോ ഭാഗ്യവശാലോ പല പ്രദേശങ്ങളിലും പല ചേരുവകൾ ഉണ്ടെന്നു മാത്രമല്ല, ഒരേ പ്രദേശത്തു വിവിധ വിഭാഗക്കാരുടെയിടയിൽ വിവിധ രീതികളും നടപ്പിലുണ്ട്. അതുകൊണ്ട വിവിധ പ്രദേശങ്ങളിലെ ഭക്ഷണവും അതുണ്ടാക്കുന്ന രീതികളും പഠിച്ചു ലളിതവും ചെലവു കുറഞ്ഞതും ദഹനേന്ദ്രിയങ്ങളെ കുഴപ്പത്തിലാക്കാതെ എല്ലാവർക്കും കഴിക്കാവുന്നതും സാധാരണവുമായ ഒരു ആഹാരം കണ്ടുപിടിക്കുക എന്നതു ദേശീയ പ്രവർത്തകരെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അത്യാവശ്യമാണു്. ഏതായാലും വിവിധ

15. ഹരിജൻ, 5–1–1934 (Diet and Diet Reform, p. 29)

പ്രദേശങ്ങളിലേയും വർഗക്കാരുടേയും സ്വഭാവങ്ങളും ആചാരങ്ങളും ദേശീയപ്രവർത്തകർക്കു് അറിയാൻ പാടില്ലാത്തതു ലജ്ജിക്കേണ്ട ഒരു സംഗതിയാണു്. വിശാലവീക്ഷണമുള്ളവരുടെ വീട്ടിലെ പാചകക്കാരനു പല പ്രദേശങ്ങളിലും ഉപയോഗിക്കുന്ന ആഹാരം പാചകംചെയ്യാൻ കഴിവുണ്ടായിരിക്കണം. ഒരു തമിഴനോ, ആന്ധ്രാക്കാരനോ, ബംഗാളിയോ സാധാരണ കഴിക്കാറുള്ള ആഹാരം എന്തുകൊണ്ടു് ഒരു ഗുജറാത്തിക്കു് ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിഞ്ഞുകൂടാ? നമുക്കു അങ്ങനെ അങ്ങേ അററത്തു് ഒന്നിച്ചുചേരുവാൻ സാധിച്ചെന്നുവരികയില്ലെന്നറിയാം. അങ്ങനെയൊരു ചേർച്ച ആവശ്യവുമില്ല, ആശാസ്യവുമല്ല. പണക്കാരായ ആളുകൾക്കു പ്രാദേശികമായ ചേരുവകൾക്കു പുറമേ അവരവരുടെ വീടുകളിലേക്കുമാത്രമായുള്ള പ്രത്യേക ആഹാരങ്ങളും ഉണ്ടായിരിക്കും. ഇവ സാർവജനീനമാക്കാൻ സാധിക്കയില്ല. പക്ഷേ, ലക്ഷ്യമാക്കാൻ കഴിയുന്നതും, ലക്ഷ്യമാക്കേണ്ടതും സാധാരണക്കാർക്കായുള്ള സാധാരണവിഭവങ്ങളാണു്. നമുക്കതിനുള്ള മനസ്സുണ്ടെങ്കിൽ ഇതു് എളുപ്പത്തിൽ സാധിക്കുമെന്നു് എനിക്കറിയാം. പക്ഷേ, ഇതു സാധ്യമാക്കണമെങ്കിൽ സന്നദ്ധതയുള്ളവർ പാചകകല പഠിക്കണം. ഈ ഉദ്ദേശ്യസിദ്ധിക്കായി അവർ വിവിധ ഭക്ഷണങ്ങളുടെ ഗുണം അറിഞ്ഞിരിക്കയുംവേഗത്തിൽ ചെലവധികമില്ലാത്ത സാധാരണഭക്ഷണം ഉണ്ടാക്കയും വേണം.

16

ഗാന്ധിജി 1931 നവംബർ 20—ാം തീയതി ലണ്ടനിലെ സസ്യാഹാരസംഘടനയെ അഭിസംബോധനചെയ്തുകൊണ്ടു് 'അവസാനമായി നിങ്ങൾക്കു ആവശ്യമുണ്ടെങ്കിൽ എന്നോടു് എന്തെങ്കിലും ചോദ്യങ്ങൾ ചോദിക്കുന്നതു് എനിക്കിഷ്ടമാണു്. ഏതാനും നിമിഷത്തേക്കു ഞാൻ നിങ്ങൾക്കു വിധേയനാണു്,' എന്ന വാക്കുകളിൽ തന്റെ പ്രസംഗം അവസാനിപ്പിച്ചപ്പോൾ അഞ്ചു പദാർത്ഥങ്ങളിലേക്കു മാത്രമായി തന്റെ ദിവസംപ്രതിയുള്ള ആഹാരം ചുരുക്കുന്നതിനുള്ള കാരണങ്ങൾ ശ്രോതാക്കൾ ആരാഞ്ഞതിനു മറുപടിയായി അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു: 'സസ്യാഹാരരീതിയുമായി അതിനു യാതൊരു ബന്ധവുമില്ല... അതിനു മറെറാരു കാരണമുണ്ടു്. ഞാൻ പ്രകൃതിയുടെ അതിലാളനയേററ ഒരു കുട്ടിയായിരുന്നു. അന്നു ഞാൻ കുപ്രസിദ്ധി ആർജിച്ചിരുന്നതുകൊണ്ടു സ്നേഹിതന്മാർ എന്നെ ക്ഷണിക്കുമ്പോൾ വളരെയേറെ ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ അവർ എന്റെ മുമ്പിൽ വയ്ക്കുമായിരുന്നു. ഞാൻ അവിടെ ചെന്നതു സേവനത്തിനായിട്ടാണെന്നു ഞാൻ അവരോടു പറഞ്ഞു. അങ്ങനെ ലാളനയ്ക്കു സ്വയം ഞാൻ അനുവദിച്ചുകൊടുക്കുകയാണെങ്കിൽ എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഇഞ്ചിഞ്ചായി ഞാൻ സ്വയം മരിക്കുകയായിരി

---

16. ഹരിജൻ, 20–2–'49 Diet and Diet Reform, p. 12)

ക്കം. അതുകൊണ്ട് എന്റെ ആഹാരം അഞ്ചു ഘടകങ്ങളിലേക്ക സ്വയം ചുരുക്കിയതുകൊണ്ട രണ്ട് ഉദ്ദേശ്യം ഞാൻ നേടി. സൂര്യാസ്തമയത്തിന മുമ്പായി എന്റെ എല്ലാ ഭക്ഷണവും കഴിഞ്ഞിരിക്കണം. അതുമൂലം പല വീഴ്ചകളിലുംനിന്ന ഞാൻ രക്ഷപ്പെട്ടു. ആരോഗ്യപരമായ കാരണങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ അതിനെ സംബന്ധിച്ച പല കണ്ടുപിടുത്തങ്ങളും ഉണ്ട്. ലളിതമായ ആഹാരത്തിലേക്ക നാം ഒന്നിനൊന്ന നീങ്ങുകയാണെന്നും ആരോഗ്യത്തിന വേണ്ടി ഒരാൾക്ക ജീവിക്കണമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ ഒരു സമയത്ത് അയാൾ ഒന്നുമാത്രം സ്വീകരിക്കയും ദോഷകരമായ ചേരുവകളെ ഉപേക്ഷിക്കയും വേണമെന്ന് ആഹാരക്രമനിർദ്ദേശകർ പറയുന്നു. പുറംതള്ളലിനെയാണ് ഉൾക്കൊള്ളലിനേക്കാൾ കൂടുതലായി ഞാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നത്. കാരണം, രണ്ടു ഡോക്ടർമാർക്ക് ഒരിക്കലും ഒരേ അഭിപ്രായമുണ്ടായിരിക്കയില്ല. അങ്ങനെയാണെങ്കിൽ ആഹാരത്തിന്റെ അഞ്ചു ഘടകങ്ങളിലേക്കുള്ള എന്റെ പരിമിതപ്പെടുത്തൽ ധാർമ്മികമായും ഭൗതികമായും എന്നെ സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഭൗതികമായി എന്ന പറഞ്ഞതെന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ ഇൻഡ്യപോലുള്ള ഒരു ദരിദ്രരാജ്യത്ത് ആടിന്റെ പാൽ കിട്ടുക എപ്പോഴും സാധ്യമല്ല. പഴങ്ങളും മുന്തിരിങ്ങയും ഉത്പാദിപ്പിക്കുക എന്നതും പ്രയാസമേറിയ കാര്യമാണ്. ഞാൻ സാധുക്കളുടെ വീടു സന്ദർശിക്കാൻ പോകയും വിശേഷപ്പെട്ട മുന്തിരിപ്പഴം പ്രതീക്ഷിക്കയും ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ അവരെന്നെ പുറംതള്ളും! അതുകൊണ്ട ആഹാരത്തിന്റെ അഞ്ചു ഘടകങ്ങളിലേക്ക ഞാൻ സ്വയം പരിമിതപ്പെടുത്തുന്നതുകൊണ്ട മിതവ്യയനിയമങ്ങളും പരിപാലിക്കപ്പെടുന്നു.

17

എന്റെ ജീവിതം അച്ചടക്കതീരുമാനങ്ങളെ ആധാരമാക്കിയുള്ളതാണ്. കൽക്കട്ടയിലും റംഗൂണിലും നിർല്ലോപമായി എന്നെ ഉപചരിച്ച എന്റെ ആതിഥേയർക്ക ഞാൻ അനാവശ്യമായ ഉപദ്രവം ഉണ്ടാക്കി എന്നതിനെക്കുറിച്ച ഞാൻ ചിന്തിച്ചു. അതുകൊണ്ട ദിനംപ്രതിയുള്ള എന്റെ ആഹാരപദാർത്ഥങ്ങൾ പരിമിതപ്പെടുത്തുന്നതിനും സൂര്യാസ്തമയത്തിന മുമ്പായി എന്റെ അവസാനത്തെ ഭക്ഷണവും കഴിക്കുന്നതിനും ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു. ഞാൻ ഈ നിയന്ത്രണങ്ങൾ സ്വയം ഏറ്റെടുത്തില്ലെങ്കിൽ എന്റെ ഭാവി ആതിഥേയർക്ക ഞാൻ എത്രമാത്രം അസൗകര്യം ഉണ്ടാക്കുമെന്നും എന്നെത്തന്നെ സേവനത്തിനർപ്പിക്കുന്നതിനുപകരം എന്നെ സേവിക്കാൻ അവരെ ചുമതലപ്പെടുത്തേണ്ടിവരുമെന്നും എനിക്ക തീർച്ചയായി. അതുകൊണ്ട് ഇൻഡ്യയിൽ താമസിക്കുന്നിടത്തോളം ഇരുപത്തിനാല മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ അഞ്ചു പദാർത്ഥങ്ങളിൽ കൂടുതൽ കഴിക്കയി

17. **An Autobiography, part 5, pp. 287—288**

ല്ലെന്നും ഇരുട്ടിയതിനുശേഷം ഒരിക്കലും കഴിക്കയില്ലെന്നും ഞാൻ സ്വയം പ്രതിജ്ഞചെയ്തു. എനിക്കു നേരിടേണ്ടിവന്നേക്കാവുന്ന പ്രയാസങ്ങളെക്കുറിച്ചു ഞാൻ പൂർണമായി ചിന്തിച്ചു. പക്ഷേ, യാതൊരു പഴുതും ഇടുന്നതിനു ഞാൻ ആഗ്രഹിച്ചില്ല. ഈ അഞ്ചു പദാർത്ഥങ്ങളിൽ ഔഷധത്തെയും ഉൾപ്പെടുത്തുന്നുവെങ്കിൽ ആഹാരത്തിലെ വിശേഷപദാർത്ഥങ്ങളെ അനുകൂലിച്ചു യാതൊരു പ്രത്യേകതയും കാണിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ രോഗം ബാധിക്കുമ്പോൾ എന്തു സംഭവിക്കുമെന്നു ഞാൻ സ്വയം പരീക്ഷിച്ചുനോക്കി അവസാനമായി എന്തുതരത്തിലായാലും യാതൊരു പ്രത്യേകതകളും പാടില്ല എന്നു ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു.

ഇപ്പോൾ പതിമ്മൂന്നു വർഷമായി ഞാൻ ഈ പ്രതിജ്ഞയ്ക്കു വിധേയനാണ്. അതു കഠിനമായ പരീക്ഷയ്ക്ക് എന്നെ പാത്രമാക്കിയിട്ടുണ്ട്. അത് എൻെറ രക്ഷാകവചമായും എന്നെ സേവിച്ചിട്ടുണ്ടെന്നുള്ളതിനു എനിക്കു സാക്ഷ്യംവഹിക്കാൻ സാധിക്കും. എൻെറ ജീവിതത്തിൽ കുറച്ചു വർഷങ്ങൾകൂടി അതു കൂട്ടുകയും പല രോഗങ്ങളിൽനിന്നു് എന്നെ രക്ഷിക്കയും ചെയ്തിട്ടുണ്ടെന്നാണ് എൻെറ അഭിപ്രായം.

സി ആഹാരത്തിൻെറ ആദ്ധ്യാത്മികവശം

18

മത്തുപിടിപ്പിക്കുന്ന ലഹരിപാനീയങ്ങളിൽനിന്നും, ഔഷധങ്ങളിൽനിന്നും എല്ലാത്തരത്തിലുള്ള ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങളിൽനിന്നും പ്രത്യേകിച്ചു മാംസത്തിൽനിന്നും ഒഴിഞ്ഞുമാറിനില്ക്കുന്നതു ആത്മാവിൻെറ വികാസത്തിനു നിസ്സംശയമായും ഒരു വലിയ സഹായമാണ്. എന്നാൽ ഒരു പ്രകാരത്തിലും ആ ഒഴിഞ്ഞുനിൽപ്പുതന്നെ ഒരു ലക്ഷ്യമാവാൻ വയ്യ. മാംസവും മററു പല പദാർത്ഥങ്ങളും മതപരമായി വർജിക്കുകയും അതേസമയം തൻെറ ഓരോ പ്രവൃത്തികൊണ്ടും ഈശ്വരനെ നിന്ദിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരുവനേക്കാൾ മാംസം ഉപയോഗിക്കുകയും ആരുടെകൂടെയിരുന്നും ഭക്ഷണം കഴിക്കുകയും അതേസമയം ഈശ്വരഭയത്തോടെ ജീവിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരാളാണ്, തൻെറ മുക്തിയോടു കൂടുതൽ അടുത്തിരിക്കുന്നതു്.

19

വിചാരത്തിലും, വാക്കിലും, പ്രവൃത്തിയിലും ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കുവാൻ ഞാൻ അത്യന്തം ആഗ്രഹിച്ചിരുന്നു. അതുപോലെ

18. ഹരിജൻ, 6–10–'21 (Sarvodaya, p. 15)
19. An Autobiography, vol. iv, ch. 27.

തന്നെ, എന്റെ പരമാവധി സമയവും സത്യഗ്രഹസമരത്തിനായി ഉഴിഞ്ഞുവയ്ക്കുവാനും, പരിശുദ്ധി പാലിച്ച് അതിനായി എന്നെത്തന്നെ യോഗ്യനാക്കിത്തീർക്കുവാനും ഞാൻ അത്യധികം ആഗ്രഹിച്ചു. അതുകൊണ്ട് ഭക്ഷണകാര്യത്തിൽ കുറെക്കൂടി വ്യതിയാനങ്ങൾ വരുത്തുവാനും കൂടുതൽ നിയന്ത്രണത്തിനു സ്വയം വിധേയനാകുവാനും ഞാൻ നിർബന്ധിതനായി. മുൻപിലത്തെ വ്യതിയാനങ്ങളുടെ ഉദ്ദേശ്യം അധികവും ആരോഗ്യശാസ്ത്രാടിസ്ഥാനത്തിൽ ആയിരുന്നു. എന്നാൽ ഈ പുതിയ പരീക്ഷണങ്ങൾ മതപരമായ നിലപാടിൽ നിന്നുളവായതാണ്.

ഈ ഘട്ടത്തിൽ ഉപവാസവും, ഭക്ഷണകാര്യത്തിലുള്ള നിയന്ത്രണവും എന്റെ ജീവിതത്തിൽ പ്രധാനമായ ഒരു പങ്കു വഹിച്ചു. മനുഷ്യനിലെ തീവ്രവികാരം സാധാരണമായി രസനയുടെ സുഖത്തെപ്രതിയുള്ള അത്യുൽക്കണ്ഠയുടെ സഹവർത്തിയാണ്. എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളവും അതങ്ങനെയായിരുന്നു. വികാരവും, രുചിയും നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനുള്ള ശ്രമത്തിൽ ഞാൻ പല പ്രയാസങ്ങളും അഭിമുഖീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇന്നും അവയെ പൂർണമായി അധീനത്തിൽ കൊണ്ടുവന്നിട്ടുണ്ടെന്ന് എനിക്ക് അവകാശപ്പെടുവാൻ സാധിക്കയില്ല. ആത്മസംയമം, എനിക്കിപ്പോളുണ്ടായിട്ടുള്ളത്രയെങ്കിലും വികസിപ്പിക്കുന്നതിൽ പരാജയപ്പെട്ടിരുന്നെങ്കിൽ ഞാൻ മൃഗത്തേക്കാൾ താഴ്ചയിലേക്കു അധഃപതിക്കുകയും, വളരെമുമ്പു തന്നെ നാശമടയുകയും ചെയ്യുമായിരുന്നു.

....ഞാൻ ഏകാദശിദിവസം പരിപൂർണമായും പഴങ്ങൾമാത്രം അടങ്ങിയ ആഹാരം ഉപയോഗിക്കുകയോ ഉപവസിക്കുകയോ ചെയ്യുവാനും, ജന്മാഷ്ടമിയും അതുപോലുള്ള വിശേഷദിവസങ്ങളും ആചരിക്കുവാനും തുടങ്ങി.

ഞാൻ പഴവർഗങ്ങൾമാത്രം അടങ്ങിയ ആഹാരം ആരംഭിച്ചു. എന്നാൽ നിയന്ത്രണത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ പഴങ്ങൾ മാത്രമടങ്ങിയ ആഹാരവും ധാന്യാഹാരവും തമ്മിൽ വലിയ വ്യത്യാസമൊന്നും ഞാൻ കണ്ടില്ല. സ്വാദിനെ സംബന്ധിച്ച രണ്ടാമത്തേതിനോടുള്ളതുപോലെതന്നെ ആദ്യത്തേതിനോടും, വിശേഷിച്ച് അതുമായി ഒരുവൻ ഇടപഴകിക്കഴിയുമ്പോൾ വളരെ കൂടുതലായും ആഭിമുഖ്യം സാധ്യമാണെന്നും ഞാൻ നിരീക്ഷിച്ചറിഞ്ഞു. അതുകൊണ്ട് വിശേഷദിവസങ്ങളിൽ ഉപവസിക്കയോ, ഒരിക്കൽമാത്രം ഭക്ഷണം കഴിക്കയോ ചെയ്യുന്നതിനു ഞാൻ കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം നൽകി. എന്തെങ്കിലും പ്രായശ്ചിത്തമോ അതുപോലെ മററന്തെങ്കിലുമോ ഉണ്ടാകുന്ന അവസരത്തിൽ അതും ഉപവാസത്തിനായി ഞാൻ സസന്തോഷം ഉപയോഗിച്ചിരുന്നു.

20

....കുറെക്കൂടി കഴിഞ്ഞ ഘട്ടത്തിൽ ബ്രഹ്മചര്യത്തെ സഹായിക്കുന്ന കൂടുതൽ മാററങ്ങൾ ഏർപ്പെടുത്തി.

ഇതിൽ ആദ്യത്തേതു പാൽ ഉപേക്ഷിക്കുക എന്നതായിരുന്നു. പാൽ മൃഗീയവികാരങ്ങളെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്നതാണെന്നു റായ്ചന്ദ്ബായിൽനിന്നാണു ഞാൻ ആദ്യം അറിഞ്ഞതു്. സസ്യാഹാരസമ്പ്രദായത്തെക്കുറിച്ചുള്ള പുസ്തകങ്ങൾ ഈ ആശയത്തിനു് ഉറപ്പുനൽകി. എന്നാൽ ബ്രഹ്മചര്യപ്രതിജ്ഞ എടുക്കാതിരുന്നിടത്തോളംകാലം, പാൽ ഉപേക്ഷിക്കുവാൻ എനിക്കു മനസ്സുവന്നില്ല. ശരീരം നിലനിർത്തുന്നതിനു പാൽ ആവശ്യമില്ലെന്നു ഞാൻ നേരത്തെ മനസ്സിലാക്കിയിരുന്നു. എങ്കിലും അതുപേക്ഷിക്കുക അത്ര എളുപ്പമല്ലായിരുന്നു. ആത്മനിയന്ത്രണത്തിൻെറ പേരിൽ പാൽ ഉപേക്ഷിക്കുന്നതിൻെറ ആവശ്യകത എനിക്കു കൂടുതലായി ബോധ്യപ്പെട്ടുതുടങ്ങിയപ്പോൾ, പശുക്കളും എരുമകളും അവയുടെ സൂക്ഷിപ്പുകാരിൽനിന്നും അനുഭവിക്കുന്ന പീഡനങ്ങളെ വിവരിച്ചുകൊണ്ടു കൽക്കട്ടയിൽനിന്നുള്ള ഒരു പത്രിക ഞാൻ കാണാൻ ഇടയായി. അതിശയകരമായ ഒരു അനുഭവമാണു് ഇതു് എന്നിൽ ഉളവാക്കിയതു്. ഞാൻ അതു മി. കല്ലൻബാച്ചുമായി ചർച്ചചെയ്തു....

മി. കല്ലൻബാച് പറഞ്ഞു: 'പാലിൻെറ ദോഷഫലങ്ങളെക്കുറിച്ചു നാം തുടർച്ചയായി സംസാരിക്കാറുണ്ടു്. പിന്നെ എന്തുകൊണ്ടാണു നാം അതുപേക്ഷിക്കാത്തതു്? തീർച്ചയായും അതു (പാൽ) അത്യാവശ്യമല്ല'. ഈ നിർദേശത്തിൽ എനിക്കു സുഖകരമായ അത്ഭുതമാണുണ്ടായതു്. ഞാനതു ഹൃദയപൂർവം സ്വീകരിച്ചു. ഞങ്ങൾ രണ്ടുപേരും, അപ്പോൾ അവിടെവച്ചുതന്നെ പാൽ ഉപേക്ഷിക്കുന്നതിനു പ്രതിജ്ഞചെയ്തു. ഇതു് 1912–ൽ ടോൾസ്റ്റോയിഫാമിൽവച്ചായിരുന്നു.

എന്നാൽ ഈ വർജനം എന്നെ തൃപ്തനാക്കുവാൻ മതിയായതല്ലായിരുന്നു. ഏറെത്താമസിയാതെ വെറും പഴംമാത്രം അടങ്ങിയ ആഹാരം കഴിക്കാൻ ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു—അതും കഴിയുന്നിടത്തോളം വില കുറഞ്ഞ പഴങ്ങൾ അടങ്ങിയതായിരിക്കണമെന്നും. ഏററവും സാധുക്കളായ ആളുകളുടെ ജീവിതം നയിക്കണമെന്നായിരുന്നു ഞങ്ങളുടെ ആഗ്രഹം.

പഴംമാത്രം അടങ്ങിയ ആഹാരം വളരെ സൗകര്യപ്രദമായി അനുഭവപ്പെട്ടു. പാചകവും പൂർണമായിത്തന്നെ നിർത്തൽ ചെയ്തു. പച്ചനിലക്കടല, ഏത്തക്കു, ഈന്തപ്പഴം, ചെറുനാരങ്ങാ, ഒലിവ്

20. An Autobiography, vol. IV, ch. 30

എണ്ണ തുടങ്ങിയവ ഞങ്ങളുടെ സാധാരണ ആഹാരപദാർത്ഥങ്ങളായിത്തീർന്നു.

ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർക്ക് ഇവിടെ ഞാൻ ഒരു മുന്നറിയിപ്പു നൽകാം. ആഹാരക്രമവും' ബ്രഹ്മചര്യവും തമ്മിൽ ഞാൻ സുദൃഢമായി ബന്ധിപ്പിച്ചെങ്കിലും പ്രധാനപ്പെട്ട കാര്യം മനസ്സാണെന്നുള്ളതു തീർച്ചയാണ്. ബോധപൂർവം അശുദ്ധമായ ഒരു മനസ്സ് ഉപവാസത്താൽ ശുദ്ധമാക്കാൻ കഴിയുകയില്ല. ആഹാരത്തിൽ വരുത്തുന്ന പരിഷ്കാരങ്ങൾക്ക അതിന്റെമേൽ യാതൊരു സ്വാധീനവുമില്ല. അത്യഗാധമായ ആത്മപരിശോധന ഈശ്വരനിലുള്ള സമർപ്പണം, അവസാനം ഭഗവൽകൃപ എന്നിവ കൊണ്ടല്ലാതെ കാമാസക്തിയെ പിഴുതെറിയാൻ പററുകയില്ല. എങ്കിലും മനസ്സും ശരീരവുമായി ഗാഢമായ ഒരു ബന്ധമുണ്ട്, വിഷയാസക്തിയുള്ള മനസ്സ് സുഖഭോഗങ്ങൾക്കും, ആഡംബരങ്ങൾക്കമായി എപ്പോഴും മോഹിക്കുന്നു. ഈ പ്രവണത തടയുന്നതിനു ആഹാരക്രമത്തിന്റെ നിയന്ത്രണവും, ഉപവാസവും ആവശ്യമായിരിക്കും. കാമാസക്തിയുള്ള മനസ്സ് ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനു പകരം അവയുടെ അടിമയായിത്തീരുന്നു. അതുകൊണ്ട ശരീരത്തിനു എപ്പോഴും ഉദ്ദീപകങ്ങളല്ലാത്ത ശുദ്ധമായ ആഹാരങ്ങളും ഇടയ്ക്കിടെയുള്ള ഉപവാസവും ആവശ്യമാണ്.

ആഹാരക്രമനിയന്ത്രണവും, ഉപവാസവും നിസ്സാരമായി കാണുന്നവർ തങ്ങളുടെ സകലവും അതിനായി നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്നവരെപ്പോലെതന്നെ തെററുകാരാണ്, ആത്മനിയന്ത്രണത്തിലേക്ക തങ്ങളുടെ മനസ്സിനെ നയിക്കുന്നവർക്കു ആഹാരനിയന്ത്രണവും ഉപവാസവും വളരെ സഹായകമായിരിക്കുമെന്നു് എന്റെ അനുഭവം എന്നെ പഠിപ്പിക്കുന്നു. വാസ്തവം പറഞ്ഞാൽ അവയുടെ സഹായം കൂടാതെ മനസ്സിൽനിന്നു കാമാസക്തിയെ പരിപൂർണമായി പിഴുതെറിയാൻ സാധിക്കയില്ല:

21

*പ്രതിജ്ഞയുടെ പാലനത്തിനു രസനയുടെ നിയന്ത്രണമാണു് ഒന്നാമത്തെ ആവശ്യം. രസനയുടെ പൂർണമായ നിയന്ത്രണം അനുഷ്ഠിയെ വളരെ ലാഘവപ്പെടുത്തിയതായി ഞാൻ മനസ്സിലാക്കി. അതുകൊണ്ടു് അനന്തരം ഭക്ഷണക്രമപരമായ എന്റെ പരീക്ഷണങ്ങൾ സസ്യഭുക്കിന്റെ മാത്രമല്ല, ബ്രഹ്മചാരിയുടെ വീക്ഷണത്തിൽ കൂടിയുമാണു് ഞാൻ പിൻതുടർന്നതു്. ഈ പരീക്ഷണങ്ങളുടെ ഫലമായി ബ്രഹ്മചാരിയുടെ ഭക്ഷണം ക്ലിപ്തവും, ലളിതവും, മസാല

21. യങ് ഇൻഡ്യ, 27–1–1927 (Diet and Diet Reform, p. 13)
 * ബ്രഹ്മചര്യാവ്രതപ്രതിജ്ഞ.

ഇല്ലാത്തതും, കഴിയുമെങ്കിൽ വേവിക്കാത്തതുമായിരിക്കണമെന്നു ഞാൻ ഗ്രഹിച്ചു.

ആറു വർഷത്തെ പരീക്ഷണങ്ങൾ, ബ്രഹ്മചാരിയുടെ മാതൃകാഭക്ഷണം പാകംചെയ്യാത്ത പഴങ്ങളും, അണ്ടിപ്പരിപ്പുകളുമാണെന്ന് എനിക്കു കാണിച്ചുതന്നു. ഈ ആഹാരം കഴിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നപ്പോൾ ഞാൻ അനുഭവിച്ചിരുന്ന കാമത്തിൽനിന്നുള്ള വിടുതൽ, ഈ ആഹാരക്രമം മാററിയതിനുശേഷം എനിക്ക് അജ്ഞാതമായിരുന്നു. പഴങ്ങളും അണ്ടിപ്പരിപ്പുകളുംമാത്രം ഞാൻ ഉപയോഗിച്ചിരുന്നപ്പോൾ ബ്രഹ്മചര്യാനുഷ്ഠാനത്തിനു് എൻെറ പക്ഷത്തുനിന്നു് ഒട്ടും യത്നം ആവശ്യമില്ലായിരുന്നു. പാൽ ഉപയോഗിച്ചുതുടങ്ങിയതിൽപ്പിന്നെ അതു വളരെ ആയാസമേറിയ ഒരു കാര്യമായിത്തീർന്നിട്ടുണ്ടു്. പാൽ അടങ്ങിയ ആഹാരം ബ്രഹ്മചര്യാവ്രതം അനുഷ്ഠിക്കുന്നതിനു വളരെ പ്രയാസമുണ്ടാക്കുന്നതാണെന്നതിൽ എനിക്കു യാതൊരു സംശയവുമില്ലെന്നുമാത്രം ഇപ്പോൾ മനസ്സിലാക്കിയാൽ മതിയാകും. ഇതിൽനിന്നു ബ്രഹ്മചാരികളെല്ലാം പാൽ ഉപേക്ഷിക്കണമെന്നു ആരും അനുമാനിക്കരുതു്. നിരവധി പരീക്ഷണങ്ങൾക്കുശേഷം മാത്രമേ വിവിധ ആഹാരങ്ങൾക്കു ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്മേലുള്ള സ്വാധീനം തീരുമാനിക്കാൻ കഴിയൂ. പാലിനു തുല്യമായി മാംസപേശിനിർമാണത്തിനുതകുന്നതും, എളുപ്പം ദഹിക്കുന്നതുമായ ഒരു ഫലവർഗം പാലിനുപകരമായി ഇനിയും എനിക്കു കണ്ടെത്തേണ്ടതായിട്ടുണ്ടു്. ഇക്കാര്യത്തിൽ എനിക്കു് അറിവു നൽകുന്നതിൽ ഡോക്ടർമാരും വൈദ്യന്മാരും, ഹാക്കിമുകളും ഒന്നുപോലെ പരാജയപ്പെട്ടിരിക്കയാണു്. അതുകൊണ്ടു പാൽ ഭാഗികമായി വികാരോദ്ദീപകമാണെന്നു് എനിക്കറിയാമെങ്കിലും തൽക്കാലം അതുപേക്ഷിക്കുവാൻ ഞാൻ ആരെയും ഉപദേശിക്കുന്നില്ല.

22

രുചിയാസക്തിയെ നിയന്ത്രിക്കണമെന്നു് ആഗ്രഹമുള്ള ഒരാൾ തൻെറ സ്വാദിനെ നിയന്ത്രിക്കുമെങ്കിൽ അതു കൂടുതൽ എളുപ്പത്തിൽ സാധിക്കും. അതു തുലോം പ്രയാസമുള്ള ഒരു നിഷ്ഠയാണെന്നു ഞാൻ ഭയപ്പെടുന്നു. വിക്ടോറിയ ഹോസ്റ്റൽ പരിശോധിച്ചിട്ടു ഞാൻ ഇപ്പോൾ വരികയാണു്. ഞാൻ അവിടെ കണ്ടതു് എന്നെ നിരാശപ്പെടുത്തേണ്ടിയിരുന്നെങ്കിലും, എനിക്കിപ്പോൾ അതു പരിചിതമായതുകൊണ്ടു് ഞാൻ നിരാശപ്പെടുകയുണ്ടായില്ല. ഞാൻ കണ്ടതിതാണു്. അനേകം അടുക്കളകൾ അവിടെ ഉണ്ടു്. അവ ജാതിപരിധികൾക്കനുയോജ്യമായി ഭക്ഷണം തയ്യാറാക്കുന്നതിനുള്ള

---

22. Ashram Observances in Action, pp. 134—136
മദ്രാസിലെ വൈ. എം. സി. എ. ഓഡിറേറാറിയത്തിൽ വച്ചു് 1917 ഫെബ്രുവരി 10—ാം തീയതി ഗാന്ധിജി ചെയ്ത ഒരു പ്രസംഗത്തിൽ നിന്നു്.

അടുക്കളകളല്ല; ആളുകൾക്ക് ഇഷ്ടമുള്ള വ്യഞ്ജനങ്ങൾ ചേർത്ത്, അതും അവർ വന്നിട്ടുള്ള പ്രദേശങ്ങളിൽ അവർ പരിചയിച്ചുപോന്ന അതേ തൂക്കം വ്യഞ്ജനങ്ങൾ ചേർത്തു ഭക്ഷണം പാകംചെയ്യുന്നതിനുവേണ്ടി ഉണ്ടാക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള അടുക്കളകളാണവ. അതുകൊണ്ട് ബ്രാഹ്മണർക്കുതന്നെ അവരുടെ വിവിധവർഗങ്ങളുടെ രുചിക്കനുസരണമായി പാചകം ചെയ്യുന്നതിനുവേണ്ട പല അടുക്കളകളും വിവിധ വിഭാഗങ്ങളും നമുക്കു കാണാം. ഇതു രസനയുടെമേലുള്ള യജമാനത്വത്തേക്കാൾ, അതിന്റെ കീഴിലുള്ള അടിമത്തമാണെന്നു ഞാൻ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. ഇത്തരം ശീലങ്ങളിൽനിന്നു നമ്മുടെ മനസ്സു മാററാതെ ആരോഗ്യപരിപാലത്തിനാവശ്യമുള്ള ആഹാരത്തിൽ തൃപ്തിപ്പെടാതെ നമ്മുടെ ആഹാരത്തിൽ ചേർക്കുന്ന ഉത്തേജനപരവും, ചൂടുള്ളതും, വികാരോദ്ദീപകവുമായ വ്യഞ്ജനങ്ങൾ ഉപേക്ഷിക്കുന്നതിനു തയ്യാറാകാതെ കടകളുടേയും കാപ്പിക്കടകളുടെയും, ഇത്തരം അടുക്കളകളുടേയും നേരേ നമ്മുടെ കണ്ണടയ്ക്കാതെ നമുക്കുണ്ടായേക്കാവുന്ന അത്യധികവും അനാവശ്യവുമായ ഉത്തേജനത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനു നമുക്കു നിശ്ചയമായും കഴിയുകയില്ല എന്നു ഞാൻ പറയും. ഇതു നാം ചെയ്യാതിരുന്നാൽ നാം സ്വയം നമ്മെത്തന്നെ ദുഷിപ്പിക്കുകയും, നമ്മിൽ ഏൽപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന വിശുദ്ധമായ വിശ്വാസം ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തുകയും മൃഗങ്ങളേക്കാൾ നാം അധഃപതിക്കുകയും ചെയ്യുമെന്നുള്ളതായിരിക്കും സ്വാഭാവികമായി വരുന്ന ഫലം. ഭക്ഷിക്കുന്നതും കുടിക്കുന്നതും കാമവികാരങ്ങളിലിടപെടുന്നതും നമുക്കും മൃഗങ്ങൾക്കും പൊതുവേയുള്ള ധർമങ്ങളാണ്. എന്നാൽ ഒരു കുതിരയോ പശുവോ നാം ചെയ്യുന്നതുപോലെ അതിന്റെ രസനയെ ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തുന്നതു നിങ്ങൾ കണ്ടിട്ടുണ്ടോ? നമ്മുടെ ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ വർദ്ധിപ്പിച്ച്, നാം എവിടെയാണെന്നുപോലും അറിയാൻ പാടില്ലാതെ ഒന്നിനുപുറകെ വേറൊരു ആഹാരം അന്വേഷിച്ച് അവസാനം പൂർണഭ്രാന്തരായി ആഹാരപദാർത്ഥങ്ങളുടെ പരസ്യങ്ങൾ നൽകുന്ന പത്രക്കടലാസുകളുടെ പുറകെ ഓട്ടംപിടിക്കുന്നതു യഥാർത്ഥജീവിതത്തിന്റേയും പരിഷ്കാരത്തിന്റേയും ലക്ഷണമായി നിങ്ങൾ കരുതുന്നുണ്ടോ?

23

ഔഷധം ഉപയോഗിക്കുന്നതുപോലെ, അതായത് അതു രുചിയുള്ളതാണോ അല്ലയോ എന്നു ചിന്തിക്കാതെ ദേഹത്തിന്റെ ആവശ്യങ്ങൾക്കുവേണ്ട ക്ലിപ്ത അളവിൽമാത്രമേ ആഹാരം കഴിക്കാവൂ. വളരെ ചെറിയ അളവിൽ ഔഷധം ഫലപ്പെടാത്തതും, വളരെ കൂടിയതോതിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നതു ഹാനികരമായിരിക്കുന്നതും എങ്ങ

23. Yeravda Mandir, (1930) pp. 15–17

നെയാണോ, അതുപോലെയാണ് ആഹാരത്തിൻെറ കാര്യവും. അതു കൊണ്ട് എന്തും അതിൻെറ രുചിക്കവേണ്ടി അകത്താക്കുന്നതു് ഈ നിഷ്ഠയുടെ ലംഘനമാണ്. രുചിയുള്ളതെന്തും കവിഞ്ഞ അള വിൽ കഴിക്കുന്നതും അതുപോലെതന്നെയുള്ള ലംഘനമാണ്. ഒരാ ളിൻെറ ഭക്ഷണത്തിൽ ഉപ്പു ചേർക്കുന്നതു് അതിൻെറ സ്വാദു വർദ്ധി പ്പിക്കുന്നതിനോ, വ്യത്യസ്തപ്പെടുത്തുന്നതിനോ അരുചിയെ മററുന്ന തിനോ ആണെങ്കിൽ അതും ഈ നിഷ്ഠയുടെ ലംഘനമാണെന്നാണ് ഇതിൽനിന്നു മനസ്സിലാക്കേണ്ടതു്. എന്നാൽ ഒരു ചെറിയ പങ്ക് ഉപ്പ് ആഹാരത്തിൻെറകൂടെ ഉപയോഗിക്കുന്നതു് ആരോഗ്യത്തിനു് ആവശ്യമായി കരുതുന്നുണ്ടെങ്കിൽ അതു ചേർക്കുന്നതു് ഒരു ലംഘന മല്ല. ശരീരത്തിനു് ആവശ്യമാണെന്നു സ്വയം വഞ്ചിച്ച്, അങ്ങനെ യല്ലാത്തപ്പോഠം ഉപ്പോ മറെറന്തെങ്കിലുമോ നമ്മുടെ ആഹാരത്തിൽ ചേർക്കുന്നതു കപടതയാണ്. ഈ രീതിയിൽ മുന്നോട്ടുപോയാൽ നാം ആസ്വദിച്ചിരുന്ന പോഷണത്തിനാവശ്യമല്ലാത്ത പല പദാ ർത്ഥങ്ങളും നമുക്കു ഉപേക്ഷിക്കേണ്ടിവരും. അങ്ങനെ കുറെയധികം ഭക്ഷണസാധനങ്ങഠം ഉപേക്ഷിക്കുന്ന ഒരാഠം സ്വാഭാവികമായി സ്വ യം നിയന്ത്രണം നേടിക്കൊള്ളും. ഈ നിഷ്ഠ നിലനിർത്തിക്കൊ ണ്ടു് ആഹാരം തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതു വളരെ വിഷമകരമായ ഒരു കാ ര്യമാകത്തക്കവണ്ണം ഈ വിഷയത്തിൽ വളരെ പരിമിതമായ ശ്രദ്ധ മാത്രമേ ഉണ്ടായിട്ടുള്ളു.

തെററായ താത്പര്യം: മാതാപിതാക്കന്മാർ തങ്ങളുടെ തെ ററായ ലാളനകൊണ്ടു് സന്താനങ്ങഠംക്കു വിവിധ ആഹാരങ്ങഠം കൊടുത്തു് അവരുടെ ശരീരോഗ്യത്തെ നശിപ്പിക്കയും, അവരിൽ കൃത്രിമമായ രുചികഠം സൃഷ്ടിക്കയും ചെയ്യുന്നു. വളരുമ്പോഠം അവർക്കു് രോഗം ബാധിച്ച ശരീരവും, വഴിപിഴച്ച രുചികളും ഉണ്ടായിരിക്കും. കുട്ടിക്കാലത്തെ ഈ അതിലാളനയുടെ ദുഷ്ഫല ങ്ങഠം നമ്മുടെ ഓരോ ചുവടിലും നമ്മെ പിന്തുടരും. നാം വളരെ യേറെ പണം വൃഥാ ചെലവാക്കുകയും, വൈദ്യനു വളരെ വേഗം വിധേയരാകുകയുംചെയ്യും.

നമ്മിൽ മിക്കവരും ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ നിയന്ത്രണത്തിൽ വയ്ക്കുന്ന തിനു പകരം, അവയുടെ അടിമകളായിത്തീരുന്നു. പരിചയസമ്പ ന്നനായ ഒരു ഭിഷഗ്വരൻ ഒരിക്കൽ പറയുകയുണ്ടായി, ഒരു ആരോ ഗ്യവാനായ മനുഷ്യനെ അദ്ദേഹം ഒരിക്കലും കണ്ടിട്ടില്ലെന്നു്. അമിതാഹാരം ഓരോ പ്രാവശ്യവും ശരീരത്തെ ക്ഷതപ്പെടുത്തുന്നു. ഉപവാസം മൂലമേ ഈ ക്ഷതം ഭാഗികമായെങ്കിലും ഭേദപ്പെടു ത്താൻ കഴിയൂ.

ഒരു ദിവസത്തിൽ 24 മണിക്കൂറും നാം ആഹാരത്തെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കരുതു്. നാം വെറും ആസ്വാദനത്തിനായി മാത്രം കഴിക്കുന്ന തു് എപ്പോഴാണെന്നും, ശരീരത്തെ നിലനിർത്താൻ ഭക്ഷിക്കുന്നതു്

എപ്പോഴാണെന്നും കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിനു നിരന്തരമായ ജാഗ്രതയാണാവശ്യം, ഇതു കണ്ടെത്തിക്കഴിഞ്ഞാൽ വെറും ആസ്വാദനത്തിനെതിരെ തീർച്ചയായും മുഖം തിരിച്ചുകളയണം. ഈ നിയമം പാലിക്കുന്ന ഒരു സാധാരണ അടുക്കള, ഓരോ ദിവസത്തേക്കുമുള്ള ആഹാരപ്പട്ടിക ചിന്തിച്ചു തയ്യാറാക്കുന്ന അത്യാവശ്യത്തിൽനിന്നു നമ്മെ വിമുക്തമാക്കുകയും, സംതൃപ്തിയും, കൃതജ്ഞതയും നിറഞ്ഞ മനസ്സോടെ ഒരു ക്ലിപ്തമ അളവുമാത്രം എടുത്താൽ മതിയാവുന്ന, സ്വീകാര്യമായ ആഹാരം നൽകുകയും ചെയ്യുന്നതിൽ വളരെ സഹായകമാണ്. പൊതു അടുക്കളയുടെ ചുമതലക്കാർ നമ്മുടെ ഭാരം കുറയ്ക്കുകയും, നമ്മുടെ നിഷ്ഠയുടെ കാവൽക്കാരായിരിക്കുകയും ചെയ്യും. അവർ നമ്മെ അമിതമായി ലാളിക്കയില്ല. നമ്മുടെ ശരീരത്തെ സേവനത്തിന് അനുയോജ്യമായ ഒരു ഉപകരണമായി നിലനിർത്തുന്നതിനു സഹായിക്കുന്നതരം ആഹാരം മാത്രമേ അവർ പാകംചെയ്യൂ. ഒരു മാതൃകാവസ്ഥയിൽ സൂര്യൻ മാത്രമായിരിക്കണം നമ്മുടെ പാചകക്കാരൻ. പക്ഷേ, നാം ആ സന്തോഷകരമായ അവസ്ഥയിൽനിന്നു വളരെ വളരെ അകലെയാണ്.

24

ക്രൈസ്തവരായ ആയിരക്കണക്കിനു ഭാരതീയരുമായി ഞാൻ സ്വതന്ത്രമായി ഇടപഴകിയിരുന്നുവെങ്കിലും, ഗോമാംസവും മററു മാംസങ്ങളും കഴിക്കുന്നതിലും ലഹരിപാനീയങ്ങൾ കുടിക്കുന്നതിലും എന്തെങ്കിലും അറപ്പ് കാണിക്കുന്ന വളരെ കുറച്ചുപേരെ മാത്രമേ ഞാൻ കണ്ടിട്ടുള്ളൂ. ശാന്തമായി ഞാനവരോടു വാദിച്ചപ്പോൾ, 'ഒന്നിനെയും അശുദ്ധമെന്നു വിളിക്കരുത്,' എന്ന പ്രശസ്തമായ വാക്യം, അതു് ആഹാരത്തെ സംബന്ധിച്ചു പറഞ്ഞതാണെന്നും, ആസ്വാദനത്തിനായി കൊടുത്ത അനുവാദപത്രികയാണെന്നുള്ള വിധത്തിൽ അവർ ഉദ്ധരിച്ചു. ചില ഹിന്ദുക്കൾ മാംസം ഭക്ഷിക്കുന്നുണ്ടെന്നും, ചിലർ ഗോമാംസംപോലും ഉപയോഗിക്കുകയും ലഹരിപാനീയങ്ങൾ കുടിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ടെന്നും എനിക്കറിയാം.

25

ഏതെങ്കിലും ഘട്ടത്തിലോ, മനുഷ്യനു സാധാരണയായി ജീവിക്കാൻ കഴിയുന്ന ഏതെങ്കിലും കാലാവസ്ഥയിലോ, മാംസാഹാരം ഒരു ആവശ്യമാണെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നില്ല. നമ്മുടെ വർഗ്ഗത്തിനു മാംസാഹാരം യോജിച്ചതല്ലെന്നാണ് എന്റെ അഭിപ്രായം. താഴ്ന്ന മൃഗലോകത്തെക്കാൾ ഉയർന്നവരാണ് നാം എങ്കിൽ, അവരെ അനുകരിക്കുന്നതിൽ നാം തെററുകാരാണ്. തന്റെ കാമവി

24. Young India, 4–3—1926 (Christian Mission) p. 6
25. Young India, 7-10-1926 (India of My Dreams) p. 157

കാരങ്ങളെ അമർത്തുന്ന ഒരുവനു് മാംസാഹാരം അനുയോജ്യമല്ലെ ന്നു് അനുഭവം എന്നെ പഠിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടു്.

എന്നാൽ സ്വഭാവരൂപീകരണത്തിലും, ശരീരത്തെ അധീന പ്പെടുത്തുന്നതിലും, ആഹാരത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം കണക്കിലേറെ വിലമതിക്കുന്നതു തെററാണു്. വിഗണിക്കുവാൻ പാടില്ലാത്തവി ധം ശക്തമായ ഒരു ഘടകമാണു് ആഹാരം. എന്നാൽ ഇന്ത്യയിൽ മിക്കപ്പോഴും ചെയ്യാറുള്ളതുപോലെ, മതത്തെ മുഴുവൻ ആഹാരത്തി ന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ കണക്കാക്കുന്നതു് ആഹാരത്തിന്മേലുള്ള എല്ലാ നിയന്ത്രണങ്ങളെയും അനാദരിക്കയും, ബുഭുക്ഷയെ കടിഞ്ഞാ ണയച്ചുവിടുകയും ചെയ്യുന്നതിനു തുല്യം അബദ്ധമാണു്. ഹിന്ദുമത ത്തിന്റെ വിലമതിക്കാനാവാത്ത സംഭാവനകളിൽ ഒന്നാണു സ സ്യാഹാരക്രമം. അതു വളരെ നിസ്സാരമായി വേണ്ടെന്നുവയ്ക്കാവു ന്നതല്ല. അതുകൊണ്ടു സസ്യാഹാരചര്യ നമ്മെ മാനസികമായോ ശാരീരികമായോ ബലഹീനരോ, പ്രവൃത്തിയിൽ നിരുത്സാഹരോ നിശ്ചേഷ്ടരോ ആക്കിത്തീർക്കുമെന്നുള്ള തെററുധാരണ തിരുത്തേ ണ്ടതു് ആവശ്യമാണു്. ഏററവും മഹാന്മാരായ ഹൈന്ദവപരിഷ് കർത്താക്കാം അവരുടെ തലമുറയിൽ ഏററവും അധികം കർമ്മോൽ സുകരായിരുന്നു. അവർ നിരന്തരം സസ്യഭുക്കുകളുമായിരുന്നു. ശങ്ക രനും; ദയാനന്ദനും, അവരുടെകാലത്തു പ്രദർശിപ്പിച്ച പ്രവർത്തനൌ ത്സുക്യത്തേക്കാൾ വലുതായ ഒന്നു്ആക്കു കാണിക്കാൻ കഴിയും?

26

എന്റെ ലേഖകൻ സൂചിപ്പിച്ചിട്ടുള്ള വിവിധവിഷയങ്ങളി ലേക്കു് ഇനി കടക്കാം. മാംസാഹാരം ഉപേക്ഷിച്ചതിലും, മററു പല അച്ചടക്കങ്ങൾ പരിശീലിച്ചതിലും അയാൾ അഭിനന്ദനം അർഹിക്കുന്നു. എന്നാൽ സമ്മതമില്ലാത്തവരോ പക്വതിമനസ്സുള്ള വരോ ആയ അയാളുടെ ബന്ധുക്കളുടെയും ആശ്രിതരുടെയുംമേൽ അ യാൾ ഇതു് അടിച്ചേൽപ്പിക്കരുതു്. അയാളുടെ അധീനത്തിലുള്ള എല്ലാ പ്രേരണാവിധങ്ങളും ഉപയോഗിച്ചു് അവരുടെ ഹൃദയത്തെ യും ബുദ്ധിയേയും സ്പർശിക്കാൻ ശ്രമിക്കട്ടെ. നിർദിഷ്ടമായ മനഃപരിവർത്തനം ഉണ്ടാകുന്നതിനുമുമ്പു് അതിൽ കൂടുതലായി ചെ യ്യുന്ന എന്തും നിർബ്ബന്ധം ചെലുത്തലായിരിക്കും. അതുകൊണ്ടു് അതു ന്യായീകരിക്കാവുന്നതമല്ല. ഇസ്ലാമിനു വിരുദ്ധമാണെന്നു കരു തിയിട്ടില്ലാത്തതും, ഇന്നും മുസൽമാന്മാരുടെ ഇടയിൽ മിക്കവാറും പ്രചാരമുള്ളതും ഇന്നലെവരെ എന്റെ ഈ സ്നേഹിതൻതന്നെ പി ന്തുടർന്നുപോന്നിരുന്നതുമായ ഒരു ജീവിതകാലത്തെ സ്വഭാവങ്ങൾ പെട്ടെന്നു് അയാളുടെ കുടുംബത്തിലെ അംഗങ്ങൾ ഉപേക്ഷിക്കണ

26. Harijan, (Christian Mission)

മെന്നു് ആഗ്രഹിക്കുന്നതു് അയാളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം വ്യക്തമായും വളരെ കടന്ന കൈയാണു്. ഒരു തീരുമാനത്തിൽ എത്തിച്ചേരുന്നതിനുമുമ്പായി അയാൾക്കു് അനുഭവപ്പെട്ട അനേകവർഷത്തെ കഠിനമായ ആത്മപരിശോധനയും പോരാട്ടവും അയാൾ മറക്കാതിരിക്കട്ടെ. ഒററയടിക്കു് അയാളുടെ ആശ്രിതർ ആ തീരുമാനം സ്വീകരിക്കണമെന്നു് ആവശ്യപ്പെടുന്നതു് അയാളുടെ അക്ഷമ വെളിപ്പെടുത്തുകയേ ഉള്ളൂ. നിങ്ങളുടെ തന്നെയുള്ള പെരുമാററത്തിൽ ഒരിക്കലും വളരെ കഠിനനാകാതിരിക്കുക, മററുള്ളവരെക്കുറിച്ച് വിധിക്കുന്നതിൽ കരുതിക്കൂട്ടി ഉദാരനായിരിക്കുക. ഇതു സംബന്ധിച്ചു് എപ്പോഴും അനുഷ്ഠിക്കാനുള്ള ഏററവും നല്ല നിയമം ഇതാണു്.

....കുടുംബാംഗങ്ങളെ തൻെറ അഭിപ്രായത്തിലേക്കു മനഃപരിവർത്തനപ്പെടുത്തുന്നതിനു സ്നേഹപൂർവവും ക്ഷമാപൂർവവുമായ വാദങ്ങൾകൊണ്ടുമാത്രം എൻെറ ലേഖകൻ ശ്രമിക്കട്ടെ. അവരുടെ മനഃപരിവർത്തനം നടക്കാതിരിക്കുന്നിടത്തോളം ഏററവും വിശാലമായ സഹിഷ്ണുതയും സഹനശീലവും നിറഞ്ഞ ഒരു മനോഭാവം അവരുടെനേർക്കു പ്രദർശിപ്പിക്കണം.

27

നിങ്ങൾക്കു വേണമെങ്കിൽ വഴുതനങ്ങായോ ഉരുളക്കിഴങ്ങോ ഉപേക്ഷിക്കാം. പക്ഷേ, ദൈവത്തെ ഓർത്തു് അതുകൊണ്ടു് നിങ്ങൾ അഹിംസ പ്രയോഗത്തിൽ വരുത്തിയിരിക്കയാണെന്നു കരുതി സ്വയം നീതീകരിക്കയോ പ്രശംസിക്കയോ ചെയ്യരുതു്. ആ ഒരു ചിന്തതന്നെ ഒരാളെ ലജ്ജിപ്പിക്കുവാൻ പോരുന്നതാണു്. അഹിംസ വെറും ഭക്ഷണക്രമത്തെ സംബന്ധിച്ച ഒന്നല്ല. അതിൻെറ പിന്നിലുള്ള സ്വാഹിതത്യാഗവും ആത്മനിയന്ത്രണവുമാണു് പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നതു്. നിങ്ങൾക്കിഷ്ടമുള്ളതുപോലെ അതു പരിശീലിക്കാം. നിയന്ത്രണം പ്രശംസാർഹമാണു്. അത്യാവശ്യവുമാണു്. എന്നാൽ അതു് അഹിംസയുടെ അരികു മാത്രമേ സ്പർശിക്കുന്നുള്ളൂ. ആഹാരത്തിൻെറ കാര്യത്തിൽ ഒരാൾ വിശാലമായ സ്വാതന്ത്ര്യം കാണിച്ചേക്കാം. എങ്കിലും അയാളുടെ ഹൃദയം സ്നേഹംകൊണ്ടു നിറഞ്ഞുകവിയുകയും മററുള്ളവരുടെ ദുഃഖത്തിൽ അലിയുകയും അയാൾ എല്ലാവികാരങ്ങളിൽനിന്നും ശുദ്ധനായിരിക്കയും ചെയ്താൽ അയാൾ അഹിംസയുടെ മൂർത്തീകരണമായിരിക്കയും നമ്മുടെ ആദരവു് അർഹിക്കയും ചെയ്യും. നേരേമറിച്ചു്, ഭക്ഷണകാര്യത്തിൽ ആവശ്യത്തിലധികം സൂക്ഷ്മത കാണിക്കുന്ന ഒരാൾ, അഹിംസയ്ക്കു് തികച്ചും അപരിചിതനായിരിക്കും. സ്വാർത്ഥതയ്ക്കും, വികാരങ്ങൾക്കും അടിമയും, കഠിനഹൃദയനുമാണെങ്കിൽ, അയാൾ സഹതാപമർഹിക്കുന്ന ഒരു നികൃഷ്ടനായിരിക്കും.

27. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ, 6–9–'28, p. 253

28

ചെറിയ തോതിൽ വെള്ളരിക്ക, കുമ്പളങ്ങ, മത്തങ്ങ, കമ്മട്ടിക്കാ തുടങ്ങിയവ ആഹാരത്തിൻെറകൂടെ ചേർക്കുന്നതു്, അവതന്നെ പാകംചെയ്തു കൂടിയ തോതിൽ കഴിക്കുന്നതിനേക്കാരം ആരോഗ്യത്തിനു കൂടുതൽ ഗുണകരമാണെന്നാണു് ആഹാരക്രമനിർദേശകരുടെ അഭിപ്രായം. എന്നാൽ പാകംചെയ്ത ഭക്ഷണം വളരെയേറെ ഉപയോഗിക്കുന്നതിനാൽ മിക്ക ആളുകളുടേയും ദഹനശക്തി ക്ഷയിക്കുന്നതുകൊണ്ടു പച്ചക്കറികരം അവക്കു് ആദ്യം പിടിക്കാതെവരുന്നെങ്കിൽ അതിൽ അതിശയിക്കാനില്ല. ഒന്നോ രണ്ടോ തോലാ പച്ചക്കറികരം ഓരോ ഭക്ഷണത്തിൻെറകൂടെയും കഴിക്കയാണെങ്കിൽ—നല്ലവണ്ണം ചവയ്ക്കണമെന്നു മാത്രം——യാതൊരു ദോഷവും ഉണ്ടാകയില്ലെന്നു് എൻെറ വ്യക്തിപരമായ അനുഭവങ്ങളിൽനിന്നു് എനിക്കു പറയാം. നല്ലവണ്ണം ചവയ്ക്കുകയാണെങ്കിൽ ഒരേ അളവു് ആഹാരത്തിൽനിന്നു കൂടുതൽ പോഷകാംശം ലഭിക്കുമെന്നുള്ളതു സ്ഥിരീകരിക്കപ്പെട്ട ഒരു വസ്തുതയാണു്. പാകം ചെയ്യാത്ത മലക്കറി കഴിക്കുന്നതിനു് ആവശ്യമായ ശരിയായ ചർവണസ്വഭാവം, അതുകൊണ്ടു മറെറാരു ഗുണവും സിദ്ധിക്കുന്നില്ലെങ്കിലും ചുരുങ്ങിയതു ചെറിയ അളവു് ആഹാരംമാത്രം ഉപയോഗിക്കുന്നതിനും, അങ്ങനെ ആഹാരത്തിലെ മിതവ്യയം സാദ്ധ്യമാക്കുന്നതിനും, ജീവിതം നിലനിർത്തുന്നതിനു് ഒരാരംക്കു ചെയ്യേണ്ടിവരുന്ന ആഹാരപരമായ ഹിംസയെ സ്വാഭാവികമായി ലഘൂകരിക്കുന്നതിനും എങ്കിലും സഹായിക്കും. അങ്ങനെ ആഹാരക്രമത്തിൻെറയോ, അഹിംസയുടെയോ വീക്ഷണത്തിൽ നോക്കുകയാണെങ്കിൽ പാകംചെയ്യാത്ത പച്ചക്കറി സകല ആക്ഷേപങ്ങളിൽനിന്നും മുക്തമാണെന്നുമാത്രമല്ല, വളരെയേറെ അഭിലഷണീയവുമാണു്. മലക്കറി സാധനങ്ങരം പച്ചയായിത്തന്നെ ഉപയോഗിക്കണമെങ്കിൽ അവ പഴകിയതോ, അധികം പഴുത്തതോ, ചീഞ്ഞതോ മററുതരത്തിൽ ചീത്തയായതോ അല്ലെന്നു ബോധ്യംവരുത്തുന്നതിൽ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധപതിപ്പിക്കണമെന്നുള്ളതു പറയാതെതന്നെ അറിയാമല്ലോ.

ഡി. സസ്യാഹാരചര്യ

1. സസ്യാഹാരചര്യയുടെ ധാർമിക അടിസ്ഥാനം

29

40 വർഷങ്ങരംക്കുമുമ്പു ഞാൻ സസ്യഭുക്കുകളുമായി സ്വതന്ത്രമായി ഇടപഴകിയിരുന്നു. അന്നു ലണ്ടനിൽ ഞാൻ സന്ദർശിക്കാത്ത

28. യങ്ങ് ഇൻഡ്യ, 15-11-1928. (Diet and Diet Reform, p. 14)
29. 1931 നവംബർ 20-ാം തീയതി ലണ്ടനിലെ സസ്യഭുക് സംഘക്കാരെ അഭിമുഖീകരിച്ചു ചെയ്ത ഒരു പ്രസംഗത്തിൽനിന്നു്.

സസ്യാഹാരശാലകറ ഇല്ലായിരുന്നുവെന്നുതന്നെ പറയാം. വെറും ജിജ്ഞാസകൊണ്ടു്, ലണ്ടനിൽ സസ്യാഹാരചര്യയുടെയും സസ്യാഹാരശാലകളുടെയും സാദ്ധ്യതകറ മനസ്സിലാക്കുന്നതിനുവേണ്ടി, അവിടെയുള്ള എല്ലാ സസ്യാഹാരശാലകളും സന്ദർശിക്കാൻ ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു. അതുകൊണ്ടു സ്വാഭാവികമായി പല സസ്യഭുക്കുകളുമായി ഞാൻ ഇടപെട്ടു. മേശയ്ക്കുമുമ്പിൽ ആഹാരത്തേയും സുഖക്കേടുകളേയും കുറിച്ചാണു് അധികവും സംഭാഷണം നടക്കുന്നതെന്നു ഞാൻ മനസ്സിലാക്കി. സസ്യാഹാരത്തെ മുറുകെപ്പിടിക്കുന്നതിനു് സാഹസപ്പെട്ടവർക്കു് ആരോഗ്യപരമായി അതു വളരെ പ്രയാസമുള്ളതായി തോന്നുന്നുണ്ടെന്നു ഞാൻ കണ്ടു. എനിക്കറിഞ്ഞുകൂടാ, ഇപ്പോറ അത്തരം വാദപ്രതിവാദങ്ങറ ഉണ്ടോ എന്നു്. എന്നാൽ അന്നു സസ്യഭുക്കുകറതമ്മിലും, സസ്യഭുക്കുകളും മാംസഭുക്കുകളും തമ്മിലും നടത്തിയിരുന്ന വാദപ്രതിവാദങ്ങറ ഞാൻ ശ്രദ്ധിച്ചിരുന്നു. ഡോക്ടർ സെൻഡ്മോറും, യശഃശരീരനായ ഡോ. ററി. ആർ ആലിൻസനും തമ്മിൽ നടത്തിയ അത്തരം ഒരു വാദപ്രതിവാദം ഞാൻ ഓർക്കുന്നു. ആഹാരത്തെക്കുറിച്ചും രോഗങ്ങളെക്കുറിച്ചും മാത്രമേ സംസാരിക്കുവെന്ന ഒരു സ്വഭാവം അന്നു സസ്യഭുക്കുകറക്കുണ്ടായിരുന്നു. ഇക്കാര്യത്തെക്കുറിച്ചു സ്വീകരിക്കാവുന്ന ഏററവും തെററായ ഒരു മാർഗ്ഗമാണതു്. എന്തെങ്കിലും രോഗമുള്ളതുകൊണ്ടു്, അതായതു് ആരോഗ്യപരമായ കാരണത്താൽമാത്രം, സസ്യഭുക്കുകളായിത്തീർന്നവരാണു പിന്നീടു് അതിൽനിന്നു പിൻവാങ്ങുന്നതെന്നു ഞാൻ കണ്ടു. സസ്യാഹാരചര്യയിൽ ഉറച്ചുനിൽക്കുന്നതിനു് ഒരു മനുഷ്യനു ധാർമികാടിസ്ഥാനമുണ്ടായിരിക്കണമെന്നു ഞാൻ കണ്ടുപിടിച്ചു.

എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം, സത്യാന്വേഷണത്തിൽ ഇതു് എന്റെ ഒരു വലിയ കണ്ടുപിടുത്തമായിരുന്നു. സ്വാർത്ഥമായ അടിസ്ഥാനം പരിണാമത്തിന്റെ മാർഗത്തിൽ ഒരു മനുഷ്യനെ ഉയർച്ചയിലേക്കു കൊണ്ടുപോകുന്നതിനു് ഉപകരിക്കയില്ലെന്നു ചെറുപ്പത്തിലെ എന്റെ പരീക്ഷണങ്ങറക്കിടയിൽ ഞാൻ ഗ്രഹിച്ചു. പരക്ഷേമേച്ഛാപരമായ ഉദ്ദേശ്യമാണു് അതിനാവശ്യം. അതുപോലെ, ആരോഗ്യം ഒരുപ്രകാരത്തിലും സസ്യഭുക്കുകളുടെ ഒരു കുത്തകയല്ലെന്നും എനിക്കു മനസ്സിലായി. ഒരുപ്രകാരത്തിൽ അല്ലെങ്കിൽ മറെറാരു പ്രകാരത്തിൽ എന്തെങ്കിലും പ്രത്യേക താത്പര്യമില്ലാത്ത പല ആളുകളേയും ഞാൻ കണ്ടു. പൊതുവേ പറഞ്ഞാൽ സസ്യേതരഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നവരും നല്ല ആരോഗ്യമുള്ളവരായി കാണപ്പെട്ടു. ആഹാരത്തെ ഒരു അന്ധമായ ആരാധനാവസ്തുവാക്കിയതുകൊണ്ടും, സസ്യഭുക്കായതുകൊണ്ടു ധാരാളം പയറുകളും ഹാരിക്കോട്ടു പയറുകളും പാൽപ്പാടക്കട്ടിയും കഴിക്കാമെന്നു കരുതിയതുകൊണ്ടും അനവധി സസ്യഭുക്കുകറക്കും അങ്ങനെതന്നെ തുടർന്നുപോകുന്നതു വിഷമകരമായി തീർന്നിട്ടുണ്ടെന്നു ഞാൻ മനസ്സിലാക്കി. ഇത്തരം ആളുകറക്കു

അവരുടെ ആരോഗ്യം സൂക്ഷിക്കുവാൻ സാമാന്യേന സാധിക്കയില്ല. ഈ രീതിയിൽ ചിന്തിച്ചപ്പോറം ഒരാറം മിതമായിമാത്രം ഭക്ഷിച്ചാൽ മതിയെന്നും ശരീരത്തിനു് ആവശ്യമുള്ളത്രയും അതിൽ ഒട്ടും കൂടാത്ത അളവുമാത്രം ആഹരിച്ചാൽ മതിയെന്നും ഞാൻ ഗ്രഹിച്ചു. നാം രസനയുടെ പ്രേരണകറംക്കു വേഗം ഇരയായിത്തീരുന്നു. അതുകൊണ്ടു് ഒരു സാധനം സ്വാദുള്ളതായി കാണുമ്പോറം ഒന്നോ രണ്ടോ തുണ്ടുകൂടി അകത്താക്കുന്നതിൽ നാം മടിക്കുന്നില്ല. എന്നാൽ ഈ സാഹചര്യങ്ങളിൽ നിങ്ങറംക്കു് ആരോഗ്യം നിലനിർത്താൻ കഴിയുകയില്ല. അതുകൊണ്ടു് ആരോഗ്യം സൂക്ഷിക്കുന്നതിനു നിങ്ങറം എന്തുതന്നെ ഭക്ഷിച്ചാലും അതിൻെറ അളവും തവണയും കുറയ്ക്കണമെന്നതു് ആവശ്യമാണെന്നു ഞാൻ കണ്ടുപിടിച്ചു. മിതാഹാരശീലരാകുക; തെററുകയാണെങ്കിലും കുറവിൻെറ വശത്തേയ്ക്കാകട്ടെ. അല്ലാതെ ആധിക്യത്തിലേക്കാകാതിരിക്കട്ടെ. ഞാൻ സ്നേഹിതന്മാരെ എന്നോടൊത്തു ഭക്ഷണത്തിനു ക്ഷണിക്കുമ്പോറം അവർക്കു വേണ്ടുന്നതല്ലാതെ മറെറന്തെങ്കിലും ഭക്ഷിക്കുന്നതിനു ഞാൻ അവരെ നിർബന്ധിക്കാറില്ല. നേരേമറിച്ചു അവക്കു് എന്തെങ്കിലും വേണ്ടെങ്കിൽ അതുപയോഗിക്കേണ്ടാ എന്നു ഞാൻ പറയും.

സസ്യഭുക്കുകറംക്കു മററുള്ളവരെ സസ്യാഹാരചര്യയിലേക്കു പരിവർത്തനം ചെയ്യണമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ അവർ സഹിഷ്ണുതയുള്ളവരായിരിക്കണമെന്നതു നിങ്ങളുടെ ശ്രദ്ധയിൽ കൊണ്ടുവരാൻ ഞാനാഗ്രഹിക്കുന്നു. അല്പം വിനയം കാണിക്കുക. നമ്മോടു യോജിക്കാത്തവരുടെ ധാർമികബോധത്തെ നാം ഉണർത്തണം. ഒരു സസ്യഭുക്കു രോഗിയാകുമ്പോറം ഡോക്ടർ പശുവിറച്ചി സൂപ്പാണു് ഔഷധമായി വിധിക്കുന്നതെങ്കിൽ ഞാൻ അയാളെ ഒരു സസ്യഭുക്കെന്നു വിളിക്കയില്ല. ഒരു സസ്യഭുക്കു കുറെക്കൂടി നല്ല ഉറപ്പുള്ളവനായിരിക്കണം. കാരണം, ആത്മാവിൻെറ നിർമാണമാണതു് ശരീരത്തിൻെറയല്ല. മനുഷ്യൻ മാംസത്തേക്കാറം ഉപരിയാണു്. മനുഷ്യനിലെ ആത്മാവിനെയാണു നാം കാര്യമാക്കുന്നതു്. അതുകൊണ്ടു മനുഷ്യൻ മാംസഭുക്കായ ഒരു മൃഗമായിട്ടല്ല ജനിച്ചതെന്നും, ഭൂമി നൽകുന്ന പഴങ്ങളും സസ്യങ്ങളും ഉപയോഗിച്ചു ജീവിക്കേണ്ടവനാണെന്നുംഉള്ള ധാർമികാടിസ്ഥാനം സസ്യഭുക്കുകറംക്കു വേണ്ടതാണു്. നാം എല്ലാം തെററു ചെയ്യുമെന്നു് എനിക്കറിയാം. എണ്ണമില്ലാത്ത വണ്ണം ഞാൻ ആ പരീക്ഷണം നടത്തിയിട്ടുണ്ടു്. ഒരു കടുത്ത രോഗത്തിനുശേഷം ഞാൻ വീണ്ടും പാൽ കുടിക്കാൻ തുടങ്ങിയില്ലെങ്കിൽ എനിക്കു ശക്തി വീണ്ടെടുക്കുവാൻ കഴികയില്ലെന്നു വന്നു. അതു് എൻെറ ജീവിതത്തിലെ ഒരു ദുരവസ്ഥയായിരുന്നു. എന്നാൽ എൻെറ സസ്യാഹാരചര്യയ്ക്കു പിൻബലം ശാരീരികമല്ല, ധാർമികമാണു്. വൈദ്യോപദേശപ്രകാരം ഇറച്ചിസൂപ്പോ, ഗോമാംസമോ കഴിച്ചില്ലെങ്കിൽ ഞാൻ മരിച്ചുപോകുമെന്നാണെങ്കിൽ പോലും

ഞാൻ മരണത്തെ സ്വീകരിക്കും. അതാണ് എന്റെ സസ്യാഹാര ചര്യയുടെ അടിസ്ഥാനം. സസ്യഭുക്കുകളെന്നു സ്വയം വിളിക്കുന്ന നമുക്ക് എല്ലാവർക്കും ആ അടിസ്ഥാനമാണുണ്ടായിരിക്കേണ്ടതെന്നു കരുതാൻ ഞാനാഗ്രഹിക്കുന്നു. മാംസഭുക്കുകളായിത്തന്നെ തുടരാത്ത ആയിരക്കണക്കിനു മാംസഭുക്കുകളുണ്ട്. സമൂഹത്തിൽനിന്നു ഭിന്നമായ സ്വഭാവങ്ങളും ആചാരക്രമങ്ങളും നാം സ്വീകരിക്കുന്നതിനു, ചിലപ്പോൾ അടുത്തവരെയും പ്രിയപ്പെട്ടവരെയും വേദനിപ്പിച്ചേക്കാമെങ്കിലും നമ്മുടെ ജീവിതത്തിൽ അങ്ങനെയൊരു മാററം ഉണ്ടാകുന്നതിനു വ്യക്തമായ കാരണങ്ങൾ ഉണ്ടായിരിക്കണം. ലോകം മുഴുവൻ കിട്ടിയാലും ധാർമികതത്വത്തെ ഒരിക്കലും ബലികഴിക്കരുത്. അതുകൊണ്ടു സസ്യാഹാരനിഷ്ഠ സ്വീകരിക്കുന്നതിനുള്ള ഒരേ ഒരു അടിസ്ഥാനം ധാർമികമായിരിക്കണം. ധാർമികം മാത്രമായിരിക്കണം. പൊതുവേ ഞാൻ കാണുകയും അത്ഭുതപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നതുപോലെ മാംസഭുക്കുകളെക്കാൾ സസ്യഭുക്കുകൾക്കാണു കൂടുതൽ ആരോഗ്യമുള്ളതെന്നു പ്രത്യേകം പറയേണ്ടതില്ലല്ലോ. സ്വഭാവംകൊണ്ടോ, ആവശ്യംകൊണ്ടോ, സസ്യാഹാരപ്രധാനമായ ഒരു രാജ്യത്തിലാണു ഞാൻ പാർക്കുന്നതു്. അതു കൂടുതൽ സഹിഷ്ണുതയോ, കൂടുതൽ ധൈര്യമോ, രോഗങ്ങളിൽനിന്നു കൂടുതൽ ഒഴിവോ പ്രദർശിപ്പിക്കുന്നതായി സാക്ഷ്യപ്പെടുത്താൻ എനിക്കു സാധ്യമല്ല. കാരണം, അതു് ഒരു പ്രത്യേക, വ്യക്തിപരമായ കാര്യമാണു്. അതു് എല്ലാ ശുചിത്വനിയമങ്ങളോടുമുള്ള അനുസരണം—ഖണ്ഡിതമായ അനുസരണം—ആവശ്യപ്പെടുന്നു.

അതുകൊണ്ടു സസ്യാഹാരചര്യയുടെ ശാരീരികമായ ഫലങ്ങൾക്കു പ്രാധാന്യം നൽകുകയല്ല, അവയുടെ ധാർമികഫലങ്ങൾ പരിശോധിക്കുക എന്നതാണു സസ്യഭുക്കുകൾ ചെയ്യേണ്ടതെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു. പല കാര്യങ്ങളിലും മൃഗങ്ങളോടു നമുക്കു തുല്യതയുണ്ടെന്ന വസ്തുത നാം ഇതുവരെ വിസ്മരിച്ചിട്ടില്ലെങ്കിലും ചില കാര്യങ്ങൾ നമ്മെ മൃഗങ്ങളിൽനിന്നു വ്യത്യസ്തരാക്കുന്നുവെന്ന വസ്തുത നാംവേണ്ടത്ര ധരിച്ചിട്ടില്ല, പശുവിലും കാളയിലും നമുക്കു സസ്യഭുക്കിനെ കാണാം. നമ്മേക്കാൾ മെച്ചപ്പെട്ട സസ്യഭുക്കുകളുമാണവ. എന്നാൽ കൂടുതൽ ഉന്നതമായ എന്തോ ഒന്നാണു നമ്മെ സസ്യാഹാരചര്യയിലേക്കു വിളിക്കുന്നതു്. അതുകൊണ്ടു നിങ്ങളെ അഭിസംബോധന ചെയ്യാനുള്ള സൗഭാഗ്യം എനിക്കു നൽകിയ സന്ദർഭത്തിൽ ഏതാനും നിമിഷം സസ്യാഹാരചര്യയുടെ ധാർമികാടിസ്ഥാനത്തെക്കുറിച്ചു ഊന്നിപ്പറയാമെന്നു ഞാൻ കരുതി. എന്റെതന്നെ അനുഭവത്തിൽനിന്നും ആയിരക്കണക്കിനുള്ള എന്റെ സ്നേഹിതന്മാരുടെയും സഹചാരികളുടെയും അനുഭവങ്ങളിൽനിന്നും, സസ്യാഹാരചര്യയെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അതു നിലനിർത്തുന്നതിനു തിരഞ്ഞെടുത്ത ധാർമികാടിസ്ഥാനത്തിൽനിന്നാണു സംതൃപ്തി ലഭിക്കുന്നതെന്നു മനസ്സിലാക്കിയതായി ഞാൻ പറയും.

2. സസ്യാഹാരചര്യയിലുള്ള എന്റെ വിശ്വാസം

30

ഗാന്ധികുടുംബക്കാർ വൈഷ്ണവരായിരുന്നു. പ്രത്യേകിച്ചും എന്റെ മാതാപിതാക്കന്മാർ ഉറച്ച വൈഷ്ണവരായിരുന്നു. ഗുജറാത്തിൽ ജൈനമതം പ്രബലമായിരുന്നു. അതിന്റെ സ്വാധീനം എല്ലായിടത്തും, എല്ലാ സന്ദർഭങ്ങളിലും അനുഭവപ്പെട്ടിരുന്നു, ഗുജറാത്തിലെ ജൈനന്മാരുടെയും വൈഷ്ണവരുടെയും ഇടയിൽ നിലനിന്നിരുന്ന മാംസഭോജനത്തോടുള്ള എതിർപ്പും അറപ്പും ഇത്രമാത്രം ശക്തമായി മറ്റെങ്ങും, ഇന്ത്യയിലോ പുറത്തോ കാണുകയില്ല. ഞാൻ ജനിക്കയും വളരുകയും ചെയ്തതു് ഈ പാരമ്പര്യത്തിലാണു്.

*   *   *

ഹൈസ്കൂളിലെ എന്റെ ചുരുക്കം ചില കൂട്ടുകാരിൽ രണ്ടുപേരെ ആത്മസ്നേഹിതരെന്നു പറയാം. ഇതിൽ ഒരു കൂട്ടുകെട്ടു് എന്റെ ജീവിതത്തിലെ ഒരു ദുരന്തമായി ഞാൻ കരുതുന്നു. അതു ദീർഘകാലം നീണ്ടുനിന്നിരുന്നു....ഞാൻ ഈ കൂട്ടുകാരനെ ആദ്യമായി പരിചയപ്പെട്ടകാലത്തു് ഒരു നവീകരണത്തിന്റെ തിരയടി രാജ്കോട്ടിലാകെ ഉണ്ടായിക്കൊണ്ടിരിക്കയായിരുന്നു. മാംസഭോജനം നല്ലതാണെന്നും, അതെന്നെ ശക്തിമാനും ധൈര്യശാലിയും ആക്കിത്തീർക്കുമെന്നും, രാജ്യത്തുള്ളവരെല്ലാം മാംസഭോജനം തുടങ്ങുമെങ്കിൽ ഇംഗ്ലീഷുകാരെ കീഴടക്കാമെന്നുമുള്ള തോന്നൽ എന്നിൽ വളർന്നുവന്നു....രസനയെ പ്രീതിപ്പെടുത്തുന്ന ഒരു പ്രശ്നമേ ആയിരുന്നില്ല അതു്. മാംസത്തിനു പ്രത്യേകമായ ഒരു നല്ല സ്വാദുണ്ടെന്നു ഞാൻ അറിഞ്ഞിരുന്നില്ല....നദിക്കരയിൽ ഒഴിഞ്ഞ ഒരു സ്ഥലം നോക്കി ഞങ്ങൾ പോയി. എന്റെ ജീവിതത്തിൽ ആദ്യമായി അന്നു് അവിടെ ഞാൻ മാംസം കണ്ടു. ബേക്കറിക്കാരന്റെ റൊട്ടിയും ഉണ്ടായിരുന്നു. രണ്ടും എനിക്കു രുചിച്ചില്ല. ആടിന്റെ ഇറച്ചി തോലുപോലെ കട്ടിയുള്ളതായിരുന്നു. എനിക്കു് അതു ഭക്ഷിക്കാനേ കഴിഞ്ഞില്ല. എനിക്കു് അസുഖം തോന്നുകയും, ഭക്ഷണം നിർത്തേണ്ടിവരികയും ചെയ്തു. അതിനുശേഷം എനിക്കു വളരെ അസുഖകരമായ ഒരു രാത്രിയായിരുന്നു. ഭീകരമായ ഒരു സ്വപ്നം എന്നെ ബാധിച്ചു. ഞാൻ ഓരോ പ്രാവശ്യവും ഉറങ്ങുന്നതിനാരംഭിക്കുമ്പോൾ ജീവനുള്ള ഒരു ആടു് എന്റെ ഉള്ളിൽ കരയുന്നതായി എനിക്കു തോന്നും. അപ്പോഴെല്ലാം പശ്ചാത്താപം നിറഞ്ഞു ഞാൻ ചാടിയെഴുന്നേല്ക്കും. പക്ഷേ, അപ്പോൾ മാംസഭോജനം ഒരു കർത്തവ്യമാണെന്നു ഞാൻ ഓർമിക്കും. അങ്ങനെ കൂടുതൽ സന്തോഷവാനാകും. എളുപ്പം

30. An Autobiography, part 1, Chs. 6,8,12,13,14,15,18

വിട്ടുമാറുന്ന ഒരുവനായിരുന്നില്ല എന്റെ സ്നേഹിതൻ. അയാൾ ഇപ്പോൾ മാംസംകൊണ്ടു രുചികരമായ പലതരം ആഹാരങ്ങൾ പാകംചെയ്യുവാനും, അവ വൃത്തിയായി ഒരുക്കാനും തുടങ്ങി. ഇതു് ഒരു വർഷത്തോളം തുടർന്നുകൊണ്ടിരുന്നു. എന്നാൽ എല്ലാംകൂടി ഞാൻ ആകെ ഒരു അര ഡസൻ മാംസസദ്യയേ ആസ്വദിച്ചുള്ളൂ. ഞാൻ ഒരു മാംസഭുക്കായിത്തീർന്നുവെന്നു് എന്റെ അമ്മയും അച്ഛനും അറിഞ്ഞിരുന്നുവെങ്കിൽ അവർ അഗാധമായി സംഭ്രമിക്കുമായിരുന്നു. ഈ ബോധം എന്റെ മനസ്സിനെ കരണ്ടുകൊണ്ടിരുന്നു. മാംസം കഴിക്കേണ്ടതു് ആവശ്യമാണെങ്കിലും രാജ്യത്തു് ആഹാരനവീകരണം തുടങ്ങേണ്ടതു് അത്യാവശ്യമാണെങ്കിലും, അച്ഛനോടും അമ്മയോടും കളവു കാണിക്കുന്നതു മാംസഭോജനം വേണ്ടെന്നുവയ്ക്കുന്നതിനെക്കാൾ ചീത്തയാണു്. അതുകൊണ്ടു് അവരുടെ ജീവിതകാലത്തു മാംസഭോജനം ഒരു പ്രശ്നമാക്കേണ്ടതില്ല. അവരുടെ കാലശേഷം എനിക്കു സ്വാതന്ത്ര്യം ലഭിക്കുമ്പോൾ ഞാൻ മാംസം പരസ്യമായി കഴിക്കും; എന്നാൽ ആ നിമിഷം വരുന്നതുവരെ ഞാൻ അതിൽനിന്നും ഒഴിഞ്ഞുനില്ക്കും എന്നിങ്ങനെ ഞാൻ എന്നോടുതന്നെ പറഞ്ഞു. ഈ നിശ്ചയം ഞാൻ എന്റെ കൂട്ടുകാരനെ അറിയിച്ചു. അതിൽപ്പിന്നെ ഞാൻ ഒരിക്കലും മാംസഭക്ഷണത്തിലേക്കു തിരിഞ്ഞുപോയിട്ടില്ല.

* * *

എന്റെ അമ്മയുടെ അനുവാദത്തോടും അനുഗ്രഹത്തോടുംകൂടി ഞാൻ അതിസന്തുഷ്ടനായി ബോംബെയ്ക്കു പുറപ്പെട്ടു....ബോംബെയിൽ എനിക്കു വളരെ മുഷിച്ചിൽ തോന്നി. ഇംഗ്ളണ്ടിലേക്കു പോകുന്നതിനെക്കുറിച്ചു ഞാൻ തുടർച്ചയായി സ്വപ്നം കണ്ടുകൊണ്ടിരുന്നു. അന്നു ഞാൻ യാതൊരു ലോകപരിചയവും ഇല്ലാത്ത പതിനെട്ടുകാരനായ ഒരു ചെറുപ്പക്കാരനായിരുന്നു. ഒടുവിൽ ഞാൻ ബോംബെയിൽനിന്നു കപ്പൽ കയറി. എന്നോടു ദയവു തോന്നിയ ഒരു ഇംഗ്ളീഷുകാരൻ സംഭാഷണത്തിലേക്കു് എന്നെ വലിച്ചുനീക്കി, ഞങ്ങൾ ചെങ്കടലിൽ ആയിരുന്നപ്പോൾ, മാംസം ഉപേക്ഷിക്കുന്നതിലുള്ള എന്റെ നിർബന്ധത്തെ അയാൾ പരിഹസിച്ചു. സ്നേഹത്തോടെ അയാൾ എന്നോടിങ്ങനെ പറഞ്ഞു: 'ഇത്രത്തോളം ഇതെല്ലാം കൊള്ളാം. എന്നാൽ ബിസ്കേ ഉൾക്കടലിൽ ചെല്ലുമ്പോൾ നിങ്ങളുടെ തീരുമാനം മാറേറണ്ടിവരും. ഇംഗ്ളണ്ടിൽ മാംസം ഉപയോഗിക്കാതെ ഒരാൾക്കു ജീവിക്കുവാൻ സാദ്ധ്യമല്ലാത്തവണ്ണം അവിടെ അത്രമാത്രം തണുപ്പാണു്'. 'എന്നാൽ അവിടെ മാംസം ഉപയോഗിക്കാതെ ജീവിക്കാൻ കഴിയുമെന്നു ഞാൻ കേട്ടിട്ടുണ്ടു്,' ഞാൻ പറഞ്ഞു. 'അതു് ഒരു വഞ്ചനയാണെന്നു ധരിച്ചു സമാധാനമായിരിക്കൂ,' അയാൾ പറഞ്ഞു. എന്റെ അറി

വിൽ ഒരുത്തനും മാംസഭക്ഷണമില്ലാതെ അവിടെ ജീവിക്കുന്നില്ല. നിങ്ങളും മാംസം കഴിക്കണമെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു. കാരണം, അതു കൂടാതെ നിങ്ങൾക്ക് അവിടെ ജീവിക്കാൻ സാധിക്കയില്ല.'

'നിങ്ങളുടെ ഉപദേശത്തിനു ഞാൻ നന്ദി പറയുന്നു. എന്നാൽ മാംസം തൊടുകയില്ലെന്നു ഞാൻ എന്റെ അമ്മയോടു ദൃഢമായി പ്രതിജ്ഞ ചെയ്തു. അതുകൊണ്ട് ഇനി അത് ഉപയോഗിക്കുന്ന കാര്യം എനിക്കു ചിന്തിക്കാനേ കഴിയില്ല. അതുകൂടാതെ ജീവിക്കാൻ സാധ്യമല്ലെങ്കിൽ, അവിടെ താമസിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി മാംസം കഴിക്കുന്നതിനെക്കാൾ, ഇന്ത്യയിലേക്കു മടങ്ങുന്നതാണ് നല്ലത്.' ഞങ്ങൾ ബിസ്കേ ഉൾക്കടലിൽ പ്രവേശിച്ചു. എങ്കിലും എനിക്കു മാംസത്തിന്റെയോ മദ്യത്തിന്റെയോ ആവശ്യം തോന്നിയില്ല.

*　　　*　　　*

ഞാൻ സാൾട്ടിന്റെ പുസ്തകം ആദ്യാവസാനം വായിച്ചു. അതു എനിക്കു വളരെ ഇഷ്ടപ്പെട്ടു. ഈ പുസ്തകം വായിച്ച ആ ദിവസം മുതൽ എന്റെ അഭിമതമനുസരിച്ചുതന്നെ ഞാൻ ഒരു സസ്യഭുക്കായിയെന്ന് എനിക്ക് അവകാശപ്പെടാം. എന്റെ അമ്മയുടെ മുമ്പിൽ ഞാൻ പ്രതിജ്ഞചെയ്ത ദിവസത്തെ ഞാൻ ആഗ്രഹിച്ചു. സത്യത്തെപ്രതിയും, ഞാൻ ചെയ്ത പ്രതിജ്ഞ ഓർത്തുമാണ് ഇത്രയുംനാൾ മാംസത്തിൽനിന്നും സ്വയം ഒഴിഞ്ഞുനിന്നത്. എന്നാൽ ആ സമയമെല്ലാം ഞാൻ ഓരോ ഭാരതീയനും മാംസഭുക്കാകണമെന്ന് ആഗ്രഹിക്കുകയും, എനിക്കുതന്നെ സ്വാതന്ത്ര്യമായി, പരസ്യമായി, മാംസഭുക്കാകാൻ സാധിക്കുന്ന ആ ദിവസം പ്രതീക്ഷിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയും ഇക്കാര്യത്തിൽ മററുള്ളവരുടെ ആനുകൂല്യം സമ്പാദിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുകയും ചെയ്തിരുന്നു. ഇപ്പോഴെടുത്ത തീരുമാനം സസ്യാഹാരത്തിനനുകൂലമാണ്. അതിന്റെ പ്രചാരണമാണ് അന്നുമുതലുള്ള എന്റെ ജീവിതാദർശം.

*　　　*　　　*

സസ്യാഹാരത്തിലുള്ള എന്റെ വിശ്വാസം ദിനംപ്രതി എന്നിൽ വർദ്ധിച്ചു. സാൾട്ടിന്റെ പുസ്തകം ആഹാരക്രമത്തെ സംബന്ധിച്ച പഠനത്തിനുള്ള എന്റെ താത്പര്യം വർദ്ധിപ്പിച്ചു. സസ്യാഹാരത്തെക്കുറിച്ചു ലഭിക്കാവുന്ന എല്ലാ പുസ്തകങ്ങളും തേടിപ്പിടിച്ചു ഞാൻ വായിച്ചു. ഇവയിൽ ഒന്ന്, ഹോവാർഡ് വില്യംസിന്റെ 'ആഹാരക്രമത്തിന്റെ സാന്മാർഗിക ശാസ്ത്രം' എന്ന പുസ്തകം, പണ്ടുകാലം മുതല്ക്ക് ഇന്നുവരെയുള്ള മനുഷ്യത്വാധിഷ്ഠിതമായ ആഹാരക്രമങ്ങളെ പുരസ്കരിച്ചുള്ള കൃതികളെ സംബന്ധിച്ച ജീവിതകഥാചരിത്രമായിരുന്നു. പിത്തഗോറസും യേശുക്രിസ്തുവും തുടങ്ങി ഈ കാലംവരെയുള്ള എല്ലാ തത്ത്വജ്ഞാനികളും പ്രവാചക

ന്മാരും സസ്യഭുക്കുകളായിരുന്നുവെന്നു കാണിക്കുവാൻ അതിൽ ശ്രമി ച്ചിരുന്നു. ഡോക്ടർ അന്ന കിങ്സ്ഫോർഡിന്റെ 'കുററമററ ആഹാരപദ്ധതി'യും ആകർഷകമായ ഒരു പുസ്തകമായിരുന്നു. അതു പോലെ ആരോഗ്യത്തെക്കുറിച്ചും ശുചിത്വത്തെക്കുറിച്ചും ഡോക്ടർ അല്ലിൻസന്റെ ഗ്രന്ഥങ്ങളും വളരെ സഹായകമായിരുന്നു. രോഗി കളുടെ ആഹാരക്രമീകരണം അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ള ഒരു ചികി ത്സാസമ്പ്രദായത്തിനുവേണ്ടിയാണ് അദ്ദേഹം വാദിച്ചതു്. സ്വയം ഒരു സസ്യഭുക്കായിരുന്ന അദ്ദേഹം തന്റെ രോഗികൾക്കും കർശന മായ ഒരു സസ്യാഹാരക്രമമാണു നിർദേശിച്ചിരുന്നതു്. ഈ പുസ്ത കങ്ങളെല്ലാം വായിച്ചതിന്റെ ഫലമായി ആഹാരക്രമപരീക്ഷണ ങ്ങൾ എന്റെ ജീവിതത്തിൽ ഒരു പ്രധാനസ്ഥാനം ഏറെറടുത്തു. ആരംഭത്തിൽ ഈ പരീക്ഷണങ്ങളുടെ പ്രധാന ഉദ്ദേശ്യം ആരോഗ്യമാ യിരുന്നു. എന്നാൽ പിന്നീടു് മതം പ്രധാനപ്രേരണയായിത്തീർന്നു. ഇതേസമയം എന്റെ സ്നേഹിതൻ എന്നെ സംബന്ധിച്ച ചിന്ത കൈവെടിഞ്ഞിരുന്നില്ല. മാംസഭോജനത്തോടുള്ള എന്റെ വിദ്വേ ഷത്തിൽ ഞാൻ ഉറച്ചുനിൽക്കയാണെങ്കിൽ, എന്റെ ശരീരഘടന ദുർബലമാകുമെന്നുമാത്രമല്ല, ഇംഗ്ലീഷ് സമൂഹത്തിൽ സുഖം അനു ഭവപ്പെടാതെ എനിക്കു് ഒററപ്പെട്ടവനായി നിൽക്കേണ്ടിവരുമെന്നും അദ്ദേഹത്തിനു് എന്നോടുള്ള സ്നേഹംമൂലം, തോന്നി. സസ്യാഹാര സംബന്ധമായ പുസ്തകങ്ങളിൽ എനിക്കു ശ്രദ്ധ തുടങ്ങിയെന്നു് അ ദ്ദേഹം അറിഞ്ഞപ്പോൾ, ഈ പഠനങ്ങൾ എന്റെ തലതിരിക്കുമെ ന്നും, എന്റെ ജീവിതം പരീക്ഷണങ്ങൾകൊണ്ടു് തുലയുമെന്നും, എന്റെ ചുമതല മറന്നു് ഞാൻ ഒരു കിറുക്കനായിത്തീരുമെന്നും അ ദ്ദേഹം ഭയപ്പെട്ടു. അതുകൊണ്ടു് എന്നെ പരിഷ്കരിക്കുന്നതിൽ അദ്ദേഹം അവസാനമായി ഒരു ശ്രമംകൂടി നടത്തി. തീയേററി ലേക്കു പോകുന്നതിനു് ഒരു ദിവസം അദ്ദേഹം എന്നെ ക്ഷണിച്ചു. കളിക്കുമുമ്പായി ഹോൾബോൺ റെസ്റ്ററന്റിൽ ഞങ്ങൾക്കൊരുമിച്ചു് ആഹാരം കഴിക്കണം. അവിടം ഒരു വലിയ കൊട്ടാരംപോലെ എനിക്കു തോന്നിച്ചു. വിക്ടോറിയ ഹോട്ടൽ വിട്ടതിൽപിന്നെ ആദ്യമായി കയറുന്ന വലിയ ഒരു ഭക്ഷണശാല. തീർച്ചയായും വിനയംമൂലം ചോദ്യങ്ങൾ ചോദിക്കയില്ലെന്നു് ഉദ്ദേശിച്ചാണു് എന്റെ സ്നേഹിതൻ എന്നെ ഈ ഭക്ഷണശാലയിൽ കൊണ്ടുപോകു ന്നതിനു പരിപാടിയിട്ടതു്. അവിടെ ഊണുകാരുടെ ഒരു വമ്പിച്ച സമൂഹമുണ്ടായിരുന്നു. അവരുടെ നടുവിൽ ഞാനും എന്റെ സ്നേ ഹിതനും ഒരു മേശയ്ക്കരുകിൽ ഇരുന്നു. ആദ്യത്തെ വിളമ്പു് സൂപ്പാ യിരുന്നു. അതു് എന്തുകൊണ്ടു് ഉണ്ടാക്കിയതായിരിക്കുമെന്നു് ഞാൻ അത്ഭുതപ്പെട്ടു. പക്ഷേ, എന്റെ സ്നേഹിതനോടു് അതിനെ ക്കുറിച്ചു ചോദിക്കുവാൻ ഞാൻ ധൈര്യപ്പെട്ടില്ല. അതുകൊണ്ടു ഞാൻ വിളമ്പുകാരനെ വിളിച്ചു. എന്റെ സ്നേഹിതൻ അതു കാണു കയും, എന്താണു സംഗതിയെന്നു് വളരെ ഗൗരവത്തിൽ ചോദി

ക്കയും ചെയ്തു. സൂപ്പ്, സസ്യസൂപ്പാണോ എന്നു് എനിക്കറിയേണ
മെന്നു വളരെ ശങ്കയോടെ ഞാൻ പറഞ്ഞു. 'നിങ്ങൾ അന്തസ്സുള്ള
ഒരു സമൂഹത്തിൽ പെരുമാറാൻ യോഗ്യനല്ല.' അയാൾ വികാരഭ
രിതനായി പറഞ്ഞു. 'നിങ്ങൾക്കു നന്നായി പെരുമാറാൻ കഴിക
യില്ലെങ്കിൽ പൊയ്ക്കൊള്ളൂ. വേറെ ഏതെങ്കിലും ഭോജനശാലയിൽ
നിന്നും കഴിച്ചിട്ടു പുറത്തു് എനിക്കുവേണ്ടി കാത്തുനില്ക്കൂ,' ഇതെന്നെ
സന്തോഷിപ്പിച്ചു. ഞാൻ പുറത്തിറങ്ങി. അടുത്തുതന്നെ ഒരു സ
സ്യാഹാരശാലയുണ്ടായിരുന്നു. പക്ഷേ, അതു് അടച്ചുകഴിഞ്ഞി
രുന്നു. അതുകൊണ്ടു് ആ രാത്രി ആഹാരമില്ലാതെ കഴിച്ചു. എന്റെ
സ്നേഹിതന്റെകൂടെ ഞാൻ തീയേറററിൽ പോയി. പക്ഷേ, ഞാൻ
ഉണ്ടാക്കിയ ആ രംഗത്തെക്കുറിച്ചു് അദ്ദേഹം ഒററ അക്ഷരംപോലും
പറഞ്ഞില്ല. എന്റെ വശത്തുനിന്നും തീർച്ചയായും ഒന്നും പറയാ
നുണ്ടായിരുന്നില്ല.

* * *

ഞാൻ അഗാധമായി എന്നെത്തന്നെ പരിശോധിച്ചപ്പോൾ,
ആന്തരികമായും ബാഹ്യമായും വരുത്തേണ്ട വ്യതിയാനങ്ങളുടെ
ആവശ്യകതയെക്കുറിച്ചുള്ള ബോധം എന്നിൽ വളർന്നുതുടങ്ങി.
എന്റെ ചെലവിലും, ജീവിതരീതിയിലും വ്യത്യാസങ്ങൾ വരു
ത്തിയതോടുകൂടിയോ, അല്ലെങ്കിൽ അതിനല്പം മുമ്പുതന്നെയോ
എന്റെ ആഹാരക്രമത്തിലും വ്യത്യാസങ്ങൾ വരുത്തുവാനും തുട
ങ്ങി. സസ്യാഹാരത്തെക്കുറിച്ചു് എഴുതിയിട്ടുള്ളവർ അതിന്റെ
മതപരവും, ശാസ്ത്രീയവും, പ്രായോഗികവും, ചികിത്സാപരവുമായ
വശങ്ങളെ എതിർത്തു് ആ പ്രശ്നത്തിന്റെ വിശദാംശങ്ങൾവരെ
വളരെ സൂക്ഷ്മമായി പരിശോധിച്ചിട്ടുണ്ടെന്നു് ഞാൻ മനസ്സിലാ
ക്കി. താണമൃഗങ്ങളുടെമേൽ മനുഷ്യനുള്ള അധീശത്വം അവയെ
ഇരയാക്കണമെന്നു് അർത്ഥമാക്കുന്നില്ലെന്നും, എന്നാൽ ഉയർന്നതു്
താണതിനെ സംരക്ഷിക്കയാണു വേണ്ടതെന്നും, മനുഷ്യനും മനുഷ്യ
നും തമ്മിലുള്ളതുപോലെ മനുഷ്യനും മൃഗവും തമ്മിലും പരസ്പര
സഹായം ഉണ്ടായിരിക്കണമെന്നുമുള്ള ഒരു തീരുമാനത്തിലാണു്
സന്മാർഗരീത്യാ അവർ എത്തിച്ചേർന്നതു്. മനുഷ്യൻ സന്തോഷ
ത്തിനുവേണ്ടിയല്ല, ജീവിക്കാൻവേണ്ടിയാണു് ആഹാരം കഴിക്കു
ന്നതെന്ന സത്യവും അവർ വെളിപ്പെടുത്തി. അവരിൽ ചിലർ
ഇതനുസരിച്ചു മാംസത്തിൽനിന്നു മാത്രമല്ല മുട്ടയിൽനിന്നും പാ
ലിൽനിന്നുപോലും ഒഴിഞ്ഞുനിൽക്കണമെന്നു് അഭിപ്രായപ്പെടുക
യും, അതു് അവരുടെ ജീവിതത്തിൽ ഫലപ്രദമാക്കുകയും ചെയ്തു.
പാകംചെയ്ത ഭക്ഷണം കഴിക്കേണ്ടവനായിട്ടല്ല, പാകംചെയ്യാത്ത
തു് ഭക്ഷിക്കേണ്ട ജീവിയായിട്ടാണു് മനുഷ്യനെ ഉദ്ദേശിച്ചിരിക്കുന്ന
തെന്നും, അവനു് അമ്മയുടെ പാൽ മാത്രമേ കുടിക്കുവാൻ അവകാശ
മുള്ളുവെന്നും, പല്ലു വന്നാലുടൻ കട്ടിയായ ആഹാരം കഴിച്ചുതുടങ്ങേ

ണ്ടതാണെന്നും. മനുഷ്യന്റെ ശരീരഘടന തെളിയിക്കുന്നുവെന്നു ശാസ്ത്രീയമായി ചിലർ അനുമാനിച്ചിട്ടുണ്ട്. എല്ലാ മസാലകളും വ്യഞ്ജനങ്ങളും ഉപേക്ഷിക്കണമെന്നു് അവർ വൈദ്യശാസ്ത്രപരമായി നിർദേശിച്ചിട്ടുണ്ട്. പ്രായോഗികവും സാമ്പത്തികവുമായ കാരണങ്ങളാൽ സസ്യാഹാരം ഏററവും ചെലവുകുറഞ്ഞതാണെന്നു് അവർ തെളിയിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഈ പരിഗണനകളെല്ലാം അവയുടെ ഫലങ്ങൾ എന്നിൽ ഉണ്ടാക്കിയിട്ടുണ്ട്. ഈ തരത്തിലെല്ലാമുള്ള സസ്യഭുക്കുകളെ ഞാൻ ഭോജനശാലകളിൽ കണ്ടുമുട്ടി. ഒരു പ്രതിവാരപ്പത്രം സ്വന്തമായുള്ള ഒരു സസ്യഭുക്ക് സംഘടന ഇംഗ്ലണ്ടിലുണ്ടായിരുന്നു. ഞാൻ ആ പത്രത്തിന്റെ വരിക്കാരനാവുകയും ആ സംഘടനയിൽ ചേരുകയും ചെയ്തു. ഏറെ താമസിയാതെ ഞാൻ അതിന്റെ നിർവാഹകസമിതിയിലെ ഒരംഗമായിത്തീർന്നു. അവിടെ സസ്യാഹാരചര്യയുടെ സ്തംഭങ്ങളായി കരുതപ്പെട്ടു പോന്നിരുന്നവരുമായി ഞാൻ ഇടപെടുകയും ആഹാരക്രമത്തിൽ എന്റെ പരീക്ഷണങ്ങൾ ആരംഭിക്കുകയും ചെയ്തു.

വീട്ടിൽനിന്നും എനിക്കു ലഭിച്ചുവന്നിരുന്ന മധുരസാധനങ്ങളും വ്യഞ്ജനങ്ങളും ഉപയോഗിക്കുന്നതു ഞാൻ നിർത്തി. മനസ്സു് മറെറാരുവഴിക്കു തിരിഞ്ഞതുകൊണ്ടു്, വ്യഞ്ജനങ്ങളോടുള്ള കൂറു് നഷ്ടമായി. തിളപ്പിച്ച സ്പിനാഷ് (Spinach) ഞാൻ ആസ്വദിച്ചുതുടങ്ങി. വ്യജ്ഞനങ്ങൾ ചേക്കാതെ പാകം ചെയ്ത അതു്, റിച്ച്മണ്ടിൽ ഏററവും സ്വാദുള്ളതായിരുന്നു. ഇങ്ങനെയുള്ള പല പരീക്ഷണങ്ങൾ, നാക്കല്ല മനസ്സാണു സ്വാദിന്റെ യഥാർത്ഥ ആസ്ഥാനമെന്നു് എന്നെ പഠിപ്പിച്ചു.

സാമ്പത്തിക പരിഗണനകൾ തീർച്ചയായും എപ്പോഴും എന്റെ മുൻപിൽ ഉണ്ടായിരുന്നു. ചായയും കാപ്പിയും ദോഷകരമാണെന്നു കരുതുകയും, കൊക്കോ ഉപയോഗിക്കുന്നതിനെ അനുകൂലിക്കയും ചെയ്യുന്ന ഒരു കൂട്ടം അഭിപ്രായക്കാർ ഉണ്ടായിരുന്നു. ഒരുവൻ ശരീരത്തെ നിലനിർത്തുന്ന ആഹാരംമാത്രമേ കഴിക്കാവൂ എന്നു ഞാൻ വിശ്വസിച്ചിരുന്നതുകൊണ്ടു് കാപ്പിയും ചായയും ഉപേക്ഷിച്ചു് പകരം കൊക്കോ ഉപയോഗിച്ചു.

ഞാൻ സന്ദർശിച്ചിരുന്ന ഭോജനശാലകളിൽ രണ്ടു വിഭാഗങ്ങളുണ്ടായിരുന്നു. സാമാന്യം സമ്പന്നരായ ആളുകൾ പരിരക്ഷിച്ചുവന്ന ഒരു വിഭാഗം, പല വിഭവങ്ങളിൽനിന്നു് എന്തെങ്കിലും തിരഞ്ഞെടുത്തു് അതിനു വിലകൊടുക്കുന്നതിനു സൗകര്യപ്പെടുത്തിയിരുന്നു. അങ്ങനെ ഒരാൾക്കു് ഒന്നോ രണ്ടോ ഷില്ലിംഗേ ചെലവാകയുള്ളൂ. മൂന്നു വിഭവങ്ങളും ഒരു കഷണം റൊട്ടിയും നൽകുന്ന മറെറ വിഭാഗത്തിൽ 6 പെനിയുടെ ഊണുകാരായിരുന്നു. കർശനമായ ഞെരു

ക്കത്തിന്റെ ആ കാലങ്ങളിൽ ഞാൻ സാധാരണമായി രണ്ടാമ ത്തെ വിഭാഗത്തിലായിരുന്നു ഊണു കഴിക്കുക.

പ്രധാനപ്പെട്ട പരീക്ഷണത്തോടൊപ്പം മററു പല ചെറിയ പ രീക്ഷണങ്ങളും നടന്നുകൊണ്ടിരുന്നു. ഉദാഹരണമായി, ഒരിക്കൽ അ ന്നജമടങ്ങിയ ഭക്ഷണം ഉപേക്ഷിക്കുക, പിന്നീടൊരിക്കൽ റൊട്ടി യും പഴങ്ങളും മാത്രമുപയോഗിക്കുക, ഒരിക്കൽ ചീസ്, പാൽ,മുട്ട എന്നിവ മാത്രമുപയോഗിക്കുക എന്നിവയായിരുന്നു. ഈ ഒടുവില ത്തെ പരീക്ഷണം യാതൊരു യോഗ്യതയുമുള്ളതല്ല, ഒരുപക്ഷക്കാ ലത്തേക്കുപോലും അതു നീണ്ടുനിന്നില്ല. അന്നജമില്ലാത്ത ആഹാര ത്തിനുവേണ്ടി വാദിച്ച പരിഷ്കർത്താവു മുട്ടയെക്കുറിച്ചു പുകഴ്ത്തിപ്പ റയുകയും മുട്ട മാംസമല്ലെന്നു വാദിക്കയും ചെയ്തു. മുട്ട ഉപയോഗി ക്കുന്നതുകൊണ്ടു ജീവനുള്ള ജന്തുക്കൾക്ക് ഒരു ഉപദ്രവവും ഉണ്ടാകുന്നി ല്ലെന്നു തോന്നിപ്പോകുമായിരുന്നു. ഈ വാദത്തിൽ ഞാൻ ഭ്രമിച്ചു പോകയും എന്റെ പ്രതിജ്ഞയ്ക്കെതിരായി ഞാൻ മുട്ട ഉപയോഗി ക്കയും ചെയ്തു. എന്റെ പ്രതിജ്ഞയ്ക്ക് ഒരു പുതിയ വ്യാഖ്യാനം ന ല്കേണ്ട യാതൊരു ആവശ്യവും എനിക്കില്ലായിരുന്നു. ആ പ്രതി ജ്ഞ എനിക്കു ചൊല്ലിത്തന്ന എന്റെ അമ്മയുടെ വ്യാഖ്യാനം എ നിക്കു സ്വീകരിക്കാനായുണ്ടായിരുന്നു. ഇറച്ചിയുടെ നിർവചന ത്തിൽ അവർ മുട്ടയും ഉൾപ്പെടുത്തിയിരുന്നുവെന്നു എനിക്കറിയാം. പ്രതിജ്ഞയുടെ ശരിയായ പ്രാധാന്യം ഞാൻ മനസ്സിലാക്കിയ പ്പോൾ മുട്ടയും ആ പരീക്ഷണവും ഒന്നുപോലെ ഞാൻ ഉപേക്ഷിച്ചു.

ഈ വിവാദത്തിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന യാതൊരു പ്രയോജന വുമില്ലാത്തതെങ്കിലും രസകരമായ ഒരു സംഗതിയുണ്ട്. ഇംഗ്ള ണ്ടിൽവച്ചു ഞാൻ മാംസത്തിന്റെ മൂന്നു നിർവചനങ്ങൾ അറിയാ നിടയായി. ഒന്നാമത്തേതനുസരിച്ച് ഇറച്ചി പക്ഷികളുടെയും മൃഗ ങ്ങളുടെയും മാത്രം മാംസത്തെക്കുറിക്കുന്നു. ഇതു സ്വീകരിച്ച സസ്യ ഭുക്കുകൾ പക്ഷിമൃഗാദികളുടെ മാംസം ഉപേക്ഷിച്ചു മത്സ്യം ഉപയോ ഗിച്ചുവന്നു. മുട്ടയുടെ കാര്യം പറയേണ്ടതില്ലല്ലോ. രണ്ടാമത്തേത നുസരിച്ചു ഇറച്ചിയെന്നു പറഞ്ഞാൽ, സകല ജീവജാലങ്ങളുടെയും മാംസത്തെ അർത്ഥമാക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടു മത്സ്യവും ഇതിൽ ഉൾ പ്പെടുന്നു. മുട്ടമാത്രം അനുവദനീയമായി. മൂന്നാമത്തെ നിർവചനം ഇറച്ചിയെന്നു പറയുന്നതിൽ സകല ജീവജാലങ്ങളുടെയും മാംസവും അവയിൽനിന്നുള്ള എല്ലാ ഉത്പന്നങ്ങളും ഉൾക്കൊള്ളിച്ചിട്ടുണ്ട്. അങ്ങനെ മുട്ടയും പാലും ഒരുപോലെ അതിൽപ്പെടും. ആദ്യത്തെ നിർവചനം ഞാൻ സ്വീകരിച്ചിരുന്നെങ്കിൽ മുട്ട മാത്രമല്ല, മത്സ്യവും എനിക്കുപയോഗിക്കാമായിരുന്നു. എന്നാൽ എന്റെ അമ്മയുടെ നിർവചനമാണ് എന്നെ സംബന്ധിക്കുന്ന നിർവചനമെന്നു എനി ക്കു തീർച്ചയാണ് അതുകൊണ്ട് എന്റെ പ്രതിജ്ഞ ഞാൻ നിറ വേററണമെങ്കിൽ ഞാൻ മുട്ട ഉപേക്ഷിക്കണം. അതുകൊണ്ടു ഞാൻ

അങ്ങനെ ചെയ്തു. ഇതു വളരെ പ്രയാസമേറിയതായിരുന്നു. കാരണം, അന്വേഷണത്തിൽ പല സസ്യാഹാരശാലകളിലേയും മിക്ക വിഭവങ്ങളിലും മുട്ട അടങ്ങിയിരുന്നുവെന്നു മനസ്സിലായി. ഏതെല്ലാം എന്തെല്ലാമാണെന്നു തിരിച്ചറിയുന്നതുവരെ ഓരോ പ്രത്യേക വിഭവവും മുട്ടചേർന്നതാണോ അല്ലയോ എന്നു നിശ്ചയമാക്കുക എന്ന വിഷമകരമായ ഒരു കൃത്യം എനിക്കു ചെയ്യേണ്ടിവന്നു. കാരണം, മിക്ക പുഡ്ഡിംഗുകളും കേക്കുകളും മുട്ട ചേർത്തവയായിരുന്നു. എൻെറ ധർമ്മതലയുടെ പ്രകാശനം ഈ ബുദ്ധിമുട്ട് ഉണ്ടാക്കിയെങ്കിലും അതു് എൻെറ ആഹാരത്തെ ലാഘവപ്പെടുത്തി. ഈ ലഘൂകരണം നിമിത്തം ഞാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന പല ആഹാരങ്ങളും ഉപേക്ഷിക്കേണ്ടിവന്നതു് എന്നെ ശുണ്ഠി പിടിപ്പിച്ചു. വ്യക്തമായും ആരോഗ്യപ്രദവും, ലളിതവും അനശ്വരവും ആന്തരികവുമായ ആസ്വാദ്യത ഉണ്ടാക്കിയ ആ പ്രതിജ്ഞയുടെ കൃത്യമായ പരിപാലനത്തിൽ ഈ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ നിസ്സാരങ്ങളായി മാത്രമേ അനുഭവപ്പെട്ടുള്ളു.

ഇ. ആഹാരത്തിൻെറ പോഷകപ്രധാനമായ വശം

31

തവിട് കളയാത്ത പൂർണമായ അരി കമ്പോളത്തിൽ കിട്ടുകയില്ല, അതു കാഴ്ചയ്ക്കു ഭംഗിയുള്ളതും നല്ലതും സ്വാദുള്ളതുമാണ്. ഇത്തരം തവിടുള്ള അരിയോടു മില്ലുകൾക്ക് ഒരിക്കലും മത്സരിക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. വളരെ ലളിതമായ രീതിയിലാണ് ഇതിൻെറ ഉമി കളയുന്നതു്. മിക്കവാറും എല്ലാത്തരം നെല്ലും ഭാരംകുറഞ്ഞ ഉരലിലിട്ടു നിഷ്പ്രയാസം ഉമി കളയാം. കുത്തൽകൊണ്ടു ഉമിപോകാത്ത ചില ഇനം ഉണ്ടു്. അത്തരം നെല്ല് ശരിയാക്കുന്നതിനുള്ള നല്ല മാർഗം അതു് ആദ്യം തിളപ്പിച്ചശേഷം അരിയിൽനിന്നു് ഉമി വേർതിരിക്കുകയാണു്. ഈ അരി ഏററവും അധികം പോഷകാംശം അടങ്ങിയതും സ്വാഭാവികമായി വില കുറഞ്ഞതും ആണെന്നു പറയപ്പെടുന്നു. ഗ്രാമീണർ സ്വന്തം നെല്ല് സ്വയം കുത്തുകയാണെങ്കിൽ തവിടു കളഞ്ഞോ അല്ലാതെയോ മില്ലിൽനിന്നും ഉമി മാററിക്കിട്ടുന്ന അരിയേക്കാൾ എപ്പോഴും കൃഷിക്കാർക്കു ലാഭകരമായിരിക്കും അതു്. കൈകൊണ്ടു കുത്തിയതോ മില്ലിൽ കുത്തിയതോ ഏതായാലും കടകളിൽ സാധാരണമായി കണ്ടുവരാറുള്ള ഒട്ടുമുക്കാൽ അരിയും മിക്കവാറും തവിടു കളഞ്ഞതായിരിക്കും. പൂർണമായി തവിടു കളയാത്ത അരി എപ്പോഴും കൈകൊണ്ടു ശരിയാക്കിയതായിരിക്കും. അവ ഒരേ ഇനമായിരിക്കുമെങ്കിലും മില്ലിൽ ഉമികളഞ്ഞ അരിയെക്കാൾ വില കുറഞ്ഞതായിരിക്കയും ചെയ്യും.

31. Harijan, 25-1-1935 (Diet and Diet Reform, p. 46)

ഇതുവരെയുള്ള നിരീക്ഷണങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നതു് നമ്മുടെ കുററകരമായ അനാസ്ഥമൂലമാണു്, അരി ഉപയോഗിക്കുന്ന ദശലക്ഷക്കണക്കിനു് ആളുകൾ ദുഷിച്ച അരി കഴിക്കുന്നതും, ആ കച്ചവടത്തിൽ ഒരു വലിയ തുക ചെലവാക്കുന്നതും എന്നാണു്. ഇതു കൂടുതൽ ഗവേഷണമർഹിക്കുന്ന ഒരു കാര്യമാണു്.

32

പരിശീലനം സിദ്ധിച്ച ഒരു പാചകക്കാരൻ എന്ന നിലയിൽ ഏതായാലും ഒരു മുന്നറിയിപ്പു തരുവാൻ ഞാനഗ്രഹിക്കുന്നു. എന്റെ ഭാര്യയുമായുണ്ടാകാറുള്ള പല വീട്ടുവഴക്കുകളിൽ ഒരെണ്ണം പാകം ചെയ്യുന്നതിനെക്കുറിച്ചായിരുന്നു. അവർക്കു് ഓരോ വററും വേർപെട്ടു കിടക്കണമായിരുന്നു. ഞാൻ ഒരു ആഹാരക്രമപരിഷ്കർത്താവായിത്തീർന്നതുകൊണ്ടു്, നല്ലതുപോലെയും ശരിയാംവണ്ണവും വേവിക്കാത്ത അരി നല്ലതുപോലെ വേവിച്ചതിന്റെ പകുതിയോളംപോലും ഗുണപ്രദമല്ലെന്നു് എനിക്കറിയാമായിരുന്നു. ഞാൻ പാകം ചെയ്യുന്ന അരിയിൽനിന്നും ഒരു ഔൺസു വെള്ളംപോലും കളഞ്ഞിരുന്നില്ല. എന്നാൽ അന്നു തവിടുകളഞ്ഞതും അല്ലാത്തതുമായ അരി തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം എനിക്കറിഞ്ഞുകൂടായിരുന്നു. കടയിൽനിന്നു കിട്ടുന്ന അരി വാങ്ങി അതു് എല്ലാം കൂടി ഒരു കട്ടയാകുന്നതുവരെ ഞാൻ വേവിക്കുമായിരുന്നു. പരിഷ്കരണത്തിന്റെ വിജയത്തിലാണു് ആ വഴക്കു് അവസാനിച്ചതെന്നും, എന്റെ ഭാര്യ ശരിയാംവണ്ണം പാകംചെയ്ത അരിയുടെ ഉപയോഗത്തിനു് അനുകൂലിയായി മാറിയെന്നും അറിയുവാൻ വായനക്കാരനു സന്തോഷമുണ്ടായിരിക്കുമല്ലോ. തവിടു കളയാത്ത അരിയെ സംബന്ധിച്ച മുൻകരുതലുകൾ കുറെക്കൂടി ആവശ്യമാണു്. കാരണം, വിലയേറിയ ഘടകങ്ങൾ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന അരിയുടെ തവിടു് നല്ലവണ്ണം പാകം ചെയ്യേണ്ടതായിട്ടുണ്ടു്. വാർദ്ധായിലെ ഗ്രാമീണതൊഴിൽ സംഘടനയുടെ ആസ്ഥാനമായ മഗൻവാഡിയിൽ കണ്ടതുപോലെ തവിടു കളയാത്ത അരി പാകം ചെയ്യുന്നതിനു മുമ്പായി കുറഞ്ഞതു് ഒരു മൂന്നു മണിക്കൂറെങ്കിലും വെള്ളത്തിലിട്ടു് കുതിർത്തിട്ടു നല്ലവണ്ണം തിളപ്പിക്കയാണെങ്കിൽ, അതു ദഹനത്തിനു വൈഷമ്യമുണ്ടാക്കില്ലെന്നു മാത്രമല്ല, തീർച്ചയായും കൂടുതൽ രുചികരവുമായിരിക്കും. ഞങ്ങൾക്കിവിടെ പകുതി വെളുപ്പിച്ചതെന്നു പറയാവുന്ന അരിയാണു കിട്ടിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നതു്. കഴിഞ്ഞ ലക്കത്തിൽ വിവരിച്ചിരുന്നതരം ശുദ്ധമായ ഇനമല്ല. ഏതായാലും അതു നല്ലവണ്ണം വേവിക്കുന്നുണ്ടു്. അതു ദഹനക്കേടുളവാക്കുന്നതായി ആരും പരാതിപ്പെട്ടിട്ടില്ല. വെറും അന്നജംമാത്രമായ തവിടുകളഞ്ഞ അരിയെക്കാൾ സ്വാഭാവികമായും തവിടുള്ള അരി കൂടുതൽ പോഷകാംശം

32. ഹരിജൻ, 15–2–1935. (Diet and Diet Reform, p. 50)

അടങ്ങിയതായതുകൊണ്ടു് തവിടില്ലാത്ത അരിയുടെ അത്രയും അളവു് ഇതു കഴിക്കേണ്ടതില്ല; കഴിക്കയുമരുതു്. പഴയ രീതിയിലുള്ള എല്ലാ പാചകത്തെ സംബന്ധിച്ചും ഇതു സത്യമാണു്.

33

ഇനി നമുക്കു് ഗോതമ്പു് എടുക്കാം. ഇതു് ഒന്നാമതായിട്ടല്ലെങ്കിൽ രണ്ടാമതായി ഏററവും പ്രാധാന്യം അർഹിക്കുന്ന ആഹാരസാധനമാണു്. പോഷകാംശത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഇതു ധാന്യങ്ങളുടെ രാജാവാണു്. അരിയെക്കാൾ കൂടുതൽ പൂർണഗുണമുള്ളതാണു്. വിലയേറിയ തവിടുകളഞ്ഞ ഗോതമ്പുമാവു് വെളുപ്പിച്ച അരിപോലെയാണു്. തവിടില്ലാത്ത മാവു്, തവിടുകളഞ്ഞ അരിപോലെതന്നെ, മോശമാണെന്നാണു് ഭിഷഗ്വരന്മാരുടെ പരക്കെയുള്ള അഭിപ്രായം. അവനവന്റെ തിരികല്ലിൽ, പൊടിച്ച പൂർണ ഗോതമ്പുമാവു കടകളിൽനിന്നു ലഭിക്കുന്ന നേർത്ത മാവിനെക്കാൾ മെച്ചപ്പെട്ടതും വില കുറഞ്ഞതുമാണു്. തിരിക്കുന്നതിനുള്ള ചെലവു കുറയുമെന്നുള്ളതുകൊണ്ടു് അതു ലാഭമേറിയതുമാണു്. കൂടാതെ മുഴുഗോതമ്പുമാവിൽ തൂക്കത്തിനു് കുറവുവരുന്നില്ല. നേർത്ത പൊടിയിൽ തൂക്കക്കുറവുണ്ടു്. ഗോതമ്പിന്റെ ഏററവും വിലയേറിയ ഭാഗം തവിടിലാണു് അടങ്ങിയിരിക്കുന്നതു്. ഗോതമ്പിന്റെ തവിടു നീക്കുമ്പോൾ പോഷകാംശത്തിനു കടുത്ത നാശം സംഭവിക്കുന്നു. സ്വന്തം തിരികല്ലിൽപൊടിച്ച മുഴുഗോതമ്പുമാവു് ഭക്ഷിക്കുന്ന ഗ്രാമീണരും മററുള്ളവരും പണം ലാഭിക്കുന്നു; അതിലും പ്രധാനമായി ആരോഗ്യവും രക്ഷിക്കുന്നു. ഗ്രാമങ്ങളിൽ ധാന്യം പൊടിക്കുന്ന സമ്പ്രദായം പുനഃസ്ഥാപിക്കപ്പെടുമ്പോൾ, ധാന്യം പൊടിക്കുന്ന മില്ലുകളുണ്ടാക്കുന്ന ദശലക്ഷക്കണക്കിനു രൂപയുടെ ഒരു വലിയ പങ്കു് അർഹരായ സാധുക്കളുടെ വശമെത്തുകയും അവർക്കിടയിൽ ത്തന്നെ വിതരണം ചെയ്യപ്പെടുകയും ചെയ്യും. പക്ഷേ തിരികല്ലുപയോഗിക്കുന്നതു വളരെ ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള ഒരു പണിയാണെന്നും, അതിൽ ഗോതമ്പു നന്നായി പൊടിയുകയില്ലെന്നും. സ്വയം പൊടിക്കുന്നതിൽ ഗ്രാമീണർക്കു ലാഭമെന്നും ഉണ്ടാകുന്നില്ലെന്നും ഒരു എതിർ അഭിപ്രായമുണ്ടു്. അവരവരുടെ സ്വന്തം ധാന്യം പൊടിക്കുന്നതിൽ മുമ്പു് അവർക്കു ലാഭമുണ്ടായിരുന്നുവെങ്കിൽ, മില്ലുകളുടെ വരവു് യാതൊരു വ്യത്യാസവുമുണ്ടാക്കുകയില്ലായിരുന്നു. സമയക്കുറവിനെക്കുറിച്ചു് അവർ ആവലാതിപ്പെടേണ്ട. തൊഴിലിനോടു ബുദ്ധിവൈഭവം ഒന്നിക്കുമ്പോൾ തിരികല്ലു മെച്ചപ്പെടുന്നതിനുള്ള സകല സാദ്ധ്യതയുമുണ്ടു്. അശ്രദ്ധമായി പൊടിക്കുന്നുവെന്ന വാദത്തിനു കാര്യമായ യാതൊരു വിലയുമില്ല. തിരികല്ലു് അശ്രദ്ധമായി പൊടിക്കുന്നതായിരുന്നെങ്കിൽ അനന്തമായ കാലത്തിന്റെ

33 . ഹരിജൻ, 1–2–'35 (Diet and Diet Reform, p. 47)

പരീക്ഷയെ അതു അതിജീവിക്കയില്ലായിരുന്നു. അശ്രദ്ധമായി പൊടിക്കപ്പെട്ട ഗോതമ്പുമാവു് ഉപയോഗിക്കുന്ന വിഷമത്തിൽനിന്നും രക്ഷപ്പെടുന്നതിനു എപ്പോഴെങ്കിലും സംശയം തോന്നുമ്പോൾ, ശരിയായി പൊടിയാത്ത മാവു് അരിച്ചെടുത്തിട്ടു ശേഷിച്ചതു കറുക്കി, ചപ്പാത്തിയുടെ കൂടെയോ അതിനുശേഷമോ ഉപയോഗിക്കാം. ഈ രീതി പിൻതുടരുകയാണെങ്കിൽ പൊടിക്കുന്നതു് അവിശ്വസനീയമാംവണ്ണം ലഘുവായിത്തീരുകയും വളരെയേറെ സമയവും ജോലിയും ലാഭമാകയും ചെയ്യാം.

തൊഴിലാളികളുടെ മുൻകൂട്ടിയുള്ള തയ്യാറെടുപ്പും, ഗ്രാമീണരുടെ ഉൽബോധനവുംകൊണ്ടുമാത്രമേ വ്യതിയാനം നടപ്പിൽവരുത്തുവാൻ സാധിക്കൂ. ഇതു പ്രതിഫലമില്ലാത്ത ഒരു ജോലിയാണു്. എന്നാൽ ഗ്രാമീണർക്കു് ആരോഗ്യത്തിലും പ്രാഥമികമായ സുഖസൗകര്യത്തിലും ജീവിക്കണമെങ്കിൽ അതു ചെയ്യേണ്ടതാണു്.

34

സമീകൃതാഹാരത്തെക്കുറിച്ചു് ഈ പംക്തികളിൽ എഴുതിക്കൊണ്ടിരുന്നതു പതിവായി വായിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നവർ നാം വെറുതെ എറിഞ്ഞുകളയുകയും, കന്നുകാലികൾക്കു കൊടുക്കുകയും ചെയ്യുന്ന തവിടിന്റെ വിപുലമായ പ്രാധാന്യം മനസ്സിലാക്കാതിരുന്നിട്ടില്ലല്ലോ. കന്നുകാലികൾക്കു കിട്ടുന്നതിനോടു ഞാൻ ഈർഷ്യപ്പെടുന്നില്ല. മററു പല കാര്യങ്ങളിലുമെന്നപോലെ കന്നുകാലികളെ തീററുന്നതിലും നാം വിചാരശൂന്യരാണെന്നു് എനിക്കു തോന്നുന്നു. പുല്ലും, പിണ്ണാക്കുംപോലെ തവിടു് അവയ്ക്കു് ആവശ്യമില്ല. ഗ്രാമങ്ങളിലെ ചക്കുകളിലേക്കു നാം തിരിയുകയാണെങ്കിൽ അവയ്ക്കു് ആവശ്യമുള്ള പിണ്ണാക്കു ലഭിക്കും. നാം, ഈ ലോകത്തു മററു യാതൊരു വർഗത്താലും പരാജിതരാകാത്തവണ്ണം ഉത്പാദനത്തിനുള്ള കാര്യക്ഷമമായ ഉപകരണങ്ങളായിത്തീരുന്നതിനും മാരകമായ മത്സരങ്ങളിൽ പ്രവേശിക്കയോ, അന്യോന്യം കൊല്ലുകയോ ചെയ്യേണ്ട ആവശ്യം ഒഴിവാക്കുന്നതിനും നമുക്കു ഗോതമ്പിന്റെയും അരിയുടെയും ഓരോ ഔൺസ് തവിടും ആവശ്യമാണു്. ഗോതമ്പുതവിടു പാകപ്പെടുത്തുന്നതിനെക്കുറിച്ചു് എന്റെ ഒരു സ്നേഹിതൻ എത്തിച്ചുതന്ന ഒരു ചെറിയ കുറിപ്പിന്റെ ബൃഹത്തായ ഒരു മുഖവുരയായിത്തീരുവാൻ തക്കവണ്ണം ഞാനിതു ദീർഘിപ്പിച്ചുകൂടാ. ആ പാചകക്കുറിപ്പിനു് അയാൾ അയാളുടെ സഹോദരിയോടു കടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഇതാ ആ കുറിപ്പു്:

'ഒരു പൗണ്ടു് തവിടു ലഭിക്കുന്നതിനാവശ്യമായ ഗോതമ്പു പൊടിക്കുക. ഇടത്തരം അരിപ്പയിൽക്കൂടി ആ പൊടി അരിച്ചു

34. ഹരിജൻ, 12–10–'35, (Diet and Diet Reform, p. 51.)

തവിട് എടുക്കാം. 1¼ പൗണ്ട് തണുത്ത വെള്ളം, 8 തോലാ പൊടിച്ച വൃത്തിയുള്ള ചക്കര, ½ ചായക്കരണ്ടി നിറയെ ശുദ്ധമായ ഉപ്പ് എന്നിവ തവിടിൽ ചേർത്ത് ഇളക്കുക. ഈ മിശ്രിതം ഒരു പരന്ന പാത്രത്തിൽ ഒഴിച്ച് മൂടി അര മണിക്കൂർ സമയം വയ്ക്കുക. നല്ലവണ്ണം മുറുകിയിരിക്കുന്ന ഒരു പാത്രം ഈ മിശ്രിതം ഉൾക്കൊള്ളുന്ന പാത്രത്തിന്റെ മുകളിൽവച്ചിട്ട് ചൂടുള്ള കല്ക്കരിയുടെ മുകളിൽഅത് വച്ച് അതിന്റെ മുകളിലും ചൂട് കൽക്കരി ഇടുക. രണ്ട് തീയ്ക്കും മദ്ധ്യേ പാത്രം, ഒരു അഞ്ചു മിനിററു നേരത്തേക്ക വയ്ക്കുക. അതിനുശേഷം ഈ മിശ്രിതത്തെ ഒരു ഇരുമ്പു പാത്രത്തിലേക്ക മാററി, വെള്ളം മിക്കവാറും വററുന്നതുവരെ ചെറിയ തീയിൽ ചൂടാക്കുക. പിന്നീട് അടുപ്പിൽനിന്നു പാത്രം മാററി, അതിനുള്ളിലുള്ളത് തണുക്കാൻ അനുവദിക്കുക. അതു കഴിഞ്ഞു വൃത്തിയുള്ള കൈകൊണ്ട് അത് ഒരു അരിപ്പയിൽക്കൂടി അരിച്ചു വീഴ്ത്തുക. ഒരു വൃത്തിയായ തുണിയിലോ, പലകയിലോ നൂലുമാതിരി ഈ പദാർത്ഥം വീഴും. ഇവ വെയിലത്തുവച്ചു നല്ലവണ്ണം ഉണക്കുക. ഇവ അങ്ങനെ തന്നെയോ, ചൂടുള്ളതോ തണുത്തതോ ആയ പാലിനോടോ, ചൂടുവെള്ളത്തോടോ, മോരിനോടോ ചേർത്തോ ഉപയോഗിക്കാം. ഇതിൽനിന്നു രണ്ട് ഔൺസ് നല്ല ഒരു പ്രാതലായിരിക്കും. പരിഷ്കൃതജീവിതത്തിന്റെ ശാപവും, പല രോഗങ്ങളുടെയും മുന്നോടിയുമായ മലബന്ധം മാററുന്നതിനു വിലയേറിയ സഹായം ചെയ്യുന്നതുമാണിതെന്നു പറയപ്പെടുന്നു.'

35

അടുത്തതായി നമ്മുടെ ശ്രദ്ധയെ ആകർഷിക്കുന്ന പദാർത്ഥം ചക്കരയാണ്. വൈദ്യപ്രമാണമനുസരിച്ച് ഇതു ശുദ്ധമാക്കപ്പെട്ട പഞ്ചസാരയെക്കാൾ ആഹാരമൂല്യത്തിൽ മെച്ചപ്പെട്ടതാണ്. ഗ്രാമീണർ ഇപ്പോൾ ആരംഭിച്ചിരിക്കുന്നതുപോലെ ചക്കരനിർമാണം നിറുത്തുകയാണെങ്കിൽ അവരുടെ കുട്ടികൾക്ക വളരെ ആവശ്യമായ ഒരു ഭക്ഷണപദാർത്ഥം ഇല്ലാതാകാൻ പോകയാണ്. അവർക്ക ചക്കര കൂടാതെ കഴിയാം. എന്നാൽ അവരുടെ കുട്ടികളുടെ ആരോഗ്യം അവഗണിച്ചുകൊണ്ടല്ലാതെ ഇതുപേക്ഷിക്കാൻ കഴിയുകയില്ല. കമ്പോളങ്ങളിൽ കിട്ടുന്ന മധുരപദാർത്ഥങ്ങളെക്കാളും ശുദ്ധമാക്കപ്പെട്ട പഞ്ചസാരയെക്കാളും ചക്കര മെച്ചപ്പെട്ടതാണ്. ചക്കരയും അതിന്റെ ഉപയോഗവും നിലനിറുത്തുക എന്നു പറഞ്ഞാൽ കോടിക്കണക്കിനു രൂപ ഗ്രാമീണരിൽ നിലനിറുത്തുക എന്നതാണതിന്റെ പൊതുവായ അർത്ഥം.

---

35. ഹരിജൻ, 1–2–'35 (Diet and Diet Reform, p. 47)

എന്നാൽ ചില ജോലിക്കാർ ധരിച്ചിരിക്കുന്നതു്, ചക്കര അതിന്റെ നിർമാണച്ചെലവു നേടിത്തരുന്നില്ലെന്നാണു്. ഉത്പന്നങ്ങളുടെ വില ഉടൻ ആവശ്യമുള്ള കൃഷിക്കാർക്കു കരിമ്പിൻനീരു് ചക്കരയായി മാററി അതു വിററുവരുന്നതുവരെ കാത്തിരിക്കാൻ കഴിയുകയില്ല. ഇതിനെതിരായി എനിക്കു സാക്ഷ്യംപറയാൻ സാധിക്കുമെങ്കിലും ഈ വാദത്തിനു ശക്തിയില്ലാതില്ല. മുൻകൂട്ടി തയാറാക്കിയ ഒരുത്തരം എനിക്കിതിനു നൽകാനില്ല. ഉപയോഗപ്രദമായ ഒരു സാധനം അതിനാവശ്യമായ അസംസ്കൃതസാധനം ഉണ്ടാകുന്നിടത്തുതന്നെ ഉത്പാദിപ്പിക്കുമ്പോൾ അതിന്റെ വേലച്ചെലവു ലഭിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ അതിൽ അടിസ്ഥാനപരമായി എന്തോ തകരാറുണ്ടായിരിക്കണം. പ്രാദേശികമായ അന്വേഷണം ഓരോയിടത്തും ആവശ്യപ്പെടുന്ന ഒരു വിഷയമാണിതു്. ഗ്രാമീണരുടെ ഉത്തരം തൊഴിൽ ചെയ്യുന്നവർ സ്വീകരിക്കരുതു്, പ്രതിവിധിയിൽ നിരാശരാകയുമരുതു്. ദേശീയവളർച്ച, അഥവാ നഗരങ്ങളുടെയും ഗ്രാമങ്ങളുടെയും സമീകരണം ചക്കരയുടേതുപോലുള്ള കെട്ടുപിണഞ്ഞ പ്രശ്നങ്ങളുടെ പരിഹാരം ആശ്രയിച്ചിരിക്കും. നഗരത്തിലുള്ളവർക്കു ഒരു പൈസ വില കൂടുതൽ കൊടുക്കേണ്ടിവന്നാൽത്തന്നെയും ഗ്രാമങ്ങളിൽനിന്നും ചക്കര അപ്രത്യക്ഷമാകരുതെന്നു നാം തീരുമാനിക്കണം.

36

പാലിനും ചായയ്ക്കും ചക്കര ഉപയോഗിക്കാൻ തീർച്ചയായും ആളുകളെ ഉപദേശിക്കേണ്ടതായുണ്ടു്. പാലിന്റെകൂടെയോ ചായയുടെകൂടെയോ ചക്കര ഉപയോഗിക്കുന്നതു് ആരോഗ്യത്തിനു ഹാനികരമാണെന്നു കരുതുന്നതു് ഒരു അന്ധവിശ്വാസമാണെന്നു് അവരോടു് ഇന്നു പറഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന രീതിയിൽത്തന്നെ പറയണം. പഞ്ചസാരയ്ക്കു പകരം ചക്കര ചായയിൽ ഉപയോഗിച്ചതുകൊണ്ടു് തന്റെ ഭാര്യയുടെ മലബന്ധം നീങ്ങിയെന്നു് ഒരു ലേഖകൻ എന്നോടു പറയുന്നു. ഞാൻ അത്ഭുതപ്പെടുന്നില്ല. കാരണം, പഞ്ചസാരയ്ക്കു തീർച്ചയായും ഇല്ലാത്ത ലഘുവായ ഒരു വിരേചകഗുണം ചക്കരയ്ക്കുണ്ടു്.

37

ആഹാരത്തെക്കുറിച്ചോ ജീവകങ്ങളെക്കുറിച്ചോ ഉള്ള ഏതെങ്കിലും ഒരു ആധുനികപുസ്തകമെടുക്കുക അവയിൽ എല്ലാം ഓരോ ആഹാരത്തിന്റെയും കൂടെയും ഭക്ഷണയോഗ്യമായ കുറെ ഇലകളും പാകംചെയ്യാതെ കഴിക്കണമെന്നു ശുപാർശചെയ്തിരിക്കും. തീർച്ചയായും

36. ഹരിജൻ, 13–4–'35 (Cent per Cent Swadeshi)
37. ഹരിജൻ, 15–2–'35 (Diet and Diet Reform, pp. 60—61)

അഴുക്കെല്ലാം കളയുന്നതിനു് എപ്പോഴും ഒരു ആറു തവണയെങ്കിലും അവ നന്നായി കഴുകണം. ഇത്തരം ഇലകൾ എല്ലാ ഗ്രാമത്തിലുമുണ്ടായിരിക്കും. പറിച്ചെടുക്കേണ്ട ബുദ്ധിമുട്ടേയുള്ളു. എന്നിരുന്നാലും ഇലക്കറികൾ നഗരത്തിന്റെ മാത്രം പ്രത്യേകമായ ഒരു വിശിഷ്ടഭോജ്യമായിട്ടാണു കരുതിയിരിക്കുന്നതു്. ഇന്ത്യയുടെ പല ഭാഗത്തുമുള്ള ആളുകൾ പരിപ്പും, ചോറും, റൊട്ടിയും ദഹനേന്ദ്രിയത്തിനു ദോഷകരമായ ധാരാളം മുളകും ഉപയോഗിക്കുന്നു. ആഹാരനവീകരണത്തോടുകൂടി ഗ്രാമങ്ങളുടെ സാമ്പത്തിക പുനഃസംഘടന ആരംഭിച്ചുവെങ്കിലും ഗ്രാമീണരുടെ നഷ്ടപ്പെട്ട ആരോഗ്യം വീണ്ടെടുക്കുന്നതിനു സഹായിക്കുന്ന ഏററവും ലളിതവും വില കുറഞ്ഞതുമായ ആഹാരം കണ്ടുപിടിക്കേണ്ടതു് ആവശ്യമാണു്. ഇന്നു പീഡിപ്പിക്കുന്ന പല സുഖക്കേടുകളെയും ഒഴിവാക്കുന്നതിനു് ആഹാരത്തിൽ ഇലക്കറികൾ ചേർക്കുന്നതു ഗ്രാമീണരെ സഹായിക്കും. ഗ്രാമീണരുടെ ഭക്ഷണത്തിൽ ജീവകങ്ങളുടെ അഭാവമുണ്ടു്. പാകംചെയ്യാത്ത ഇലക്കറികൾക്കു് അവയിൽ മിക്കതും സംഭാവന ചെയ്യാൻ കഴിയും. ഇലക്കറിയുടെ ശരിയായ ഉപയോഗം ആഹാരത്തെക്കുറിച്ചു പരമ്പരാഗതമായ ധാരണകളെ ഇളക്കിമറിക്കുമെന്നും ഇന്നു പാൽ നൽകുന്നതിൽ മിക്കതും ഇലക്കറികൾ നൽകുമെന്നും ഡൽഹിയിൽ വച്ചു് ഒരു പ്രശസ്ത ഇംഗ്ലീഷുഡോക്ടർ എന്നോടു പറയുകയുണ്ടായി. അങ്ങനെയാണെങ്കിൽ ഇന്ത്യയിലെങ്ങും കാടുപിടിച്ചു വളരുന്ന പുല്ലുകൾക്കിടയിൽ മറഞ്ഞുകിടക്കുന്ന അനവധി ഇലകളുടെ പോഷകഗുണത്തെക്കുറിച്ചു വിപുലമായ ഗവേഷണവും വിശദമായ പരീക്ഷണവും നടത്തേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

പാകംചെയ്യാത്ത ആഹാരംമാത്രമുപയോഗിച്ചു് ഏകദേശം അഞ്ചുമാസത്തോളം ഞാൻ ജീവിച്ചു. ഓരോ ദിവസവും എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ വളരെ വലിയൊരളവു പച്ചക്കറികൾ ഞാൻ ഉപയോഗിക്കുമായിരുന്നു. കഴിഞ്ഞ 5 മാസമായി പാകംചെയ്ത ഇലകളുടെയും പച്ചക്കറിയുടെയും സ്ഥാനത്തു ഞാൻ പച്ചിലകളാണു് ഉപയോഗിക്കുന്നതു്. എനിക്കു് ആവശ്യമുള്ള ഏതാനും ഔൺസ് പച്ചിലകൾക്കായി വാർദ്ധാചന്തയെ ആശ്രയിക്കുന്നതു ഭീകരമായി എനിക്കു തോന്നി. ഒരു സുപ്രഭാതത്തിൽ വാർദ്ധാ ആശ്രമത്തിലെ ഷോട്ടിലാൽജി, ആശ്രമത്തിലെ പുല്ലുകൾക്കിടയിൽ കാടുപിടിച്ചു വളർന്നിരുന്ന ഒരു ഇല എനിക്കു കൊണ്ടുവന്നു തന്നു. അതു 'ലൂനി' ആയിരുന്നു. ഞാൻ അതു പരീക്ഷിച്ചുനോക്കി. എനിക്കതിഷ്ടപ്പെട്ടു. വേറൊരിക്കൽ 'ചകവത്തു്' കൊണ്ടുവന്നു. അതും എനിക്കിഷ്ടമായി.

ഇവ ഞാൻ ഇഷ്ടപ്പെട്ടതുകൊണ്ടു 'സർസവ്', 'സൂവ' തുടങ്ങിയവയുടെ ഇലകളും, ററർണിപ്പ്, കാരട്ട്, റാഡിഷ് തുടങ്ങിയവയുടെ കുമ്പും പയർചെടികളുടെ ഇലകളും ഉപയോഗിച്ചു തുടങ്ങി.

ഇവക്കുടാതെ റാഡിഷ്,ററർണിപ്പ്, കാരട്ട് തുടങ്ങിയ കിഴങ്ങുകളും പച്ചയായി കഴിക്കാൻ നല്ലതാണെന്ന് അറിയുന്നു. ഇത്തരം ഇലകളും കിഴങ്ങുകളും പാകംചെയ്യുന്നതുകൊണ്ട പണവും നല്ല സ്വാദും നഷ്ടപ്പെടുകയാണ്. ഈ മലക്കറികളിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ജീവകങ്ങരം പാകംചെയ്യുന്നതോടെ പൂർണമായോ ഭാഗികമായോ നഷ്ടപ്പെടുന്നു. നല്ല സ്വാദു നഷ്ടമാകുമെന്നു ഞാൻ പറഞ്ഞതു പാകംചെയ്യാത്ത മലക്കറിക്കു പാചകംമൂലം നശിച്ചുപോകുന്ന സ്വതസ്സിദ്ധമായ നല്ല സ്വാദുള്ളതുകൊണ്ടാണ്.

38

പാൽ കൂടാതെ നമുക്കു കഴിയാൻ സാധിക്കുമോ എന്നു ഞാൻ സംശയിക്കുന്നു. സ്വയം പരീക്ഷണം നടത്താതെ ഈ സംഗതിയിൽ ഒരു തീരുമാനത്തിലെത്തിച്ചേരുക പ്രയാസമാണ്. പൂർണമായും പാൽ കൂടാതെ ജീവിക്കാൻ കഴിയുന്ന ഒരാളിൽ തീർച്ചയായും നിങ്ങരംക്കിതു പരീക്ഷിക്കാം.

*   *   *

'പൂർണാന്ന'ത്തോടുകൂടി നെയ്യും പാലും ഉപയോഗിക്കുന്നതിൽ കുഴപ്പമില്ല. പാൽ കൂടാതെ കഴിയുന്ന ഒരാളെ ലഭിക്കുകയാണെങ്കിൽ അതൊരു വലിയ കാര്യമാണ്; ഒരു വലിയ നേട്ടവുമാണ്. എന്നാൽ അതു സാധ്യമല്ലെന്നാണ് എന്റെ പേടി.

*   *   *

'പൂർണാന്നം' എന്ന ആശയം ഞാൻ വളരെ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു. എനിക്കുതന്നെ അതു പരീക്ഷിക്കണമെന്നുണ്ട്. ഞാൻ അതിൽ വിജയിക്കയാണെങ്കിൽ വലിയ ബുദ്ധിമുട്ടിൽനിന്നും എനിക്കു സ്വയം സ്വതന്ത്രനാകാം. എന്നാൽ ഇതുവരെ ആ പരീക്ഷണം നടത്തുവാൻ എനിക്കു സാധിച്ചിട്ടില്ലെന്നതിൽ ഞാൻ ഖേദിക്കുന്നു.

*   *   *

മാങ്ങയണ്ടി നിങ്ങരം ശേഖരിച്ച് ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ടോ, അതോ ദൂരെ എറിഞ്ഞുകളയുകയാണോ?

39

ആരോഗ്യം നൽകുന്ന സ്വഭാവത്തിൽ എരുമപ്പാൽ പശുവിൻ പാലിനോടു കിടനിൽക്കയില്ലെന്ന് ഇതുവരെ എനിക്കു ലഭിച്ചിട്ടുള്ള തെളിവുകരം കാണിക്കുന്നു. രോഗികരംക്കു വൈദ്യന്മാർ പശു

38. Nature Cure, p. 58 (ഉരുളികാഞ്ചൻക്ലിനിക്കിലെ പ്രവർത്തകർക്ക് 1946—'47 കാലത്തു ഗാന്ധിജി എഴുതിയ കത്തുകളിൽനിന്ന്)
39. ഹരിജൻ, 26–5–'46 (Nature Cure, p. 44)

വിൻപാൽ പ്രത്യേകമായി ശുപാർശചെയ്യുന്നു. ആരോഗ്യത്തിനു പാൽ അത്യന്താപേക്ഷിതമാണു്.

എഫ്. ആഹാരപദാർത്ഥങ്ങളിലെ മായംചേർക്കൽ

40

നെയ്യ് വാങ്ങിക്കാൻ കഴിവുള്ളവർ അതു കഴിക്കാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു. മിക്കവാറും എല്ലാ മധുരപലഹാരങ്ങളുടെ നിർമാണത്തിലും ഇതു് ഉപയോഗിക്കുന്നു. എന്നുവരികിലും അക്കാരണത്താൽത്തന്നെയായിരിക്കാം, ഏററവും അധികം മായംചേർത്ത ഭക്ഷണസാധനങ്ങളിൽ ഒന്നാണിതു്. കടകളിൽ കിട്ടുന്നതിൽ ഒരു വലിയ ഭാഗം സംശയമെന്യേ മായം ചേർത്തതാണു്. അവയിൽ മിക്കവാറുമല്ലെങ്കിൽ കുറേയെങ്കിലും മാംസഭുക്കുകൾ അല്ലാത്തവർ ഉപയോഗിക്കാത്ത ദോഷകരമായ കൊഴുപ്പുകൾ കലർത്തിയതായിരിക്കും. സസ്യയെണ്ണകൾ മിക്കപ്പോഴും നെയ്യിൽ ചേർത്തിരിക്കും. കലർത്തിയിരിക്കുന്ന എണ്ണകൾ പഴകിയതാണെങ്കിൽ ആ നെയ്യ് ഉപയോഗിക്കാൻ പററിയതല്ല.

മഗൻവാഡിയിൽ ആയിരുന്നപ്പോൾ ഞങ്ങൾക്കു പശുവിൻപാൽ വേണമെന്നു നിർബന്ധമുണ്ടായിരുന്നു. അതു വളരെ ബുദ്ധിമുട്ടും കൂടുതൽ പണച്ചെലവും ഉളവാക്കിയിരുന്നു. റെയിൽവെക്കൂലിക്കു പുറമെ 40 പൗണ്ടിനു 50 രൂപാവീതം ഞങ്ങൾ കൊടുത്തിരുന്നു.

ഇതു് ഒരു ധനികനുമാത്രമേ വഹിക്കാൻ കഴിയൂ. സമീകൃതാഹാരക്രമമുള്ള ഒരു സാധുവിന്റെ തോതിനോടു് അടുത്തുവരുന്നതിനു കഴിയുന്നിടത്തോളം ഞങ്ങൾ ശ്രമിക്കയായിരുന്നു. ഡോക്ടർ അയ്ക്രോയിഡ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ സമീകൃതാഹാരക്രമത്തിൽനിന്നും നെയ്യ് ഉപേക്ഷിച്ചതായി ഞാൻ മനസ്സിലാക്കി. വൈദ്യനിർദേശം പാലോ തൈരോ നിർബന്ധിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും വെണ്ണയോ നെയ്യോ ദിനംപ്രതിയുള്ള ഭക്ഷണത്തിന്റെ ഒഴിച്ചുകൂടാൻ പാടില്ലാത്ത ഒരു ഭാഗമായിരിക്കണമെന്നു നിർബന്ധിക്കുന്നില്ല. നെയ്യ് ആരോഗ്യത്തിനു് അത്യാവശ്യമായി കരുതുന്നവരൊഴിച്ച് ഞങ്ങളെല്ലാവരും പരീക്ഷണാർത്ഥം താൽക്കാലികമായി ഭക്ഷണക്രമത്തിൽനിന്നും നെയ്യ് നീക്കംചെയ്തു. അതിന്റെ തുല്യഅളവിൽ ശുദ്ധമായ പുതിയ സസ്യയെണ്ണകൾ ഞങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ടു്. ഇന്ത്യയിലെ അസംഖ്യമാളുകളും ഒരിക്കലും നെയ്യുടെ സ്വാദറിഞ്ഞിട്ടില്ല. എന്തായാലും പാലുപയോഗിക്കുന്നവർക്കു കുറച്ചു നെയ്യ് അതിന്റെ ശുദ്ധവും, ഏററവും വേഗം ദഹിക്കുന്നതുമായ രീതിയിൽ ലഭിക്കുന്നുണ്ടെന്നു് ഓർത്തിരിക്കുന്നതു കൊള്ളാം. രസനയുടെ പ്രശ്ന

40. ഹരിജൻ, 2–11–1935 (Diet and Diet Reform, p. 75)

ത്തിനപ്പുറമേ കുറച്ചു പാലോ തൈരോ മോരോ ലഭിക്കുമെന്നു ണ്ടെങ്കിൽ ഗ്രാമീണതൊഴിലാളികൾ നെയ്യ് തങ്ങളുടെ ഭക്ഷണക്രമ ത്തിൽനിന്നും നീക്കുന്നതിൽ ഒട്ടും ഭയപ്പെടേണ്ടതില്ലെന്നു യാതൊരു കുഴപ്പവും കൂടാതെ പറയാം.

ഇതേസമയം വിലകുറഞ്ഞതും പോഷകാംശം ഉള്ളതും മായം ചേർക്കാത്തതും ആയ പാലും അതിന്റെ ഉത്പന്നങ്ങളും പാവപ്പെട്ട വരുടെ സൗകര്യത്തിനു നൽകുക എന്നതു സമ്പന്നന്മാരായ ആളുകളു ടെയും മുൻസിപ്പാലിററിപോലുള്ള പൊതുസംഘടനകളുടെയും ചുമ തലയാണ്. കള്ളനാണയങ്ങളുടെയും നോട്ടുകളുടെയും പോസ്റ്റേജ് സ്റ്റാമ്പുകളുടെയും കാര്യത്തിലെന്നപോലെ പാലിന്റെയും മററ് ആ ഹാരപദാർത്ഥങ്ങളുടെയും മായംചേർക്കൽ പ്രയാസമുള്ളതാക്കിത്തീ ർക്കണം. പോസ്റ്റേജ്സ്റ്റാമ്പുകളുടേതുപോലെ അവയുടെ വിലയും നിശ്ചിതമാക്കണം.

സ്വകാര്യലാഭത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള വ്യാവസായികസ്ഥാപനങ്ങ ളുടെ നടത്തിപ്പിനായുപയോഗിക്കുന്നതിന്റെ പകുതി വൈദഗ്ധ്യം, പൊതു പ്രയോജനമുദ്ദേശിച്ച്, ക്ഷീരോത്പാദനകേന്ദ്രങ്ങളുടെയും, ഭക്ഷണപദാർത്ഥവിൽപ്പനശാലകളുടെയും നടത്തിപ്പിനായുപയോ ഗിക്കുമെങ്കിൽ അവയെ സ്വയം പര്യാപ്തമായ സ്ഥാപനങ്ങളാ യി നടത്താവുന്നതാണ്. അങ്ങനെയാകുന്നതിനു പ്രതിബന്ധമാ യിരിക്കുന്നത്, അത്തരം പരോപകാരോദ്യമങ്ങൾക്ക് ആവശ്യമാ യ വൈദഗ്ധ്യവും മൂലധനവും നൽകാൻ പൊതുജനങ്ങൾക്കുള്ള താത്പര്യക്കുറവല്ലാതെ വേറൊന്നുമല്ല. ദിവസംപ്രതി സാധുക്കൾ ക്കു ധർമ്മം കൊടുക്കുന്നതിലും സമുദായത്തിനൊരു ഭാരമായിത്തീർ ന്നിരിക്കുന്ന തെണ്ടിപ്പടയെ തെററായ മാർഗത്തിൽ തീററുന്നതിലും ഉള്ള ശ്രമത്തിൽ സമ്പന്നരുടെ ഔദാര്യം ക്ഷയിച്ചു ഇല്ലാതാകുന്നു. ഭിക്ഷക്കാർ തൊഴിൽ ചെയ്യാതെ ആഹാരം കഴിക്കുന്നു. അവരോടു ള്ള ഔദാര്യം ഉപദ്രവകരമാണെന്നു പറയുന്നില്ലെങ്കിലും അതു അ സ്ഥാനത്തുള്ളതാണ്. ഓരോ നഗരത്തിലും ഗ്രാമത്തിലും ശുദ്ധമായ ആഹാരപദാർത്ഥങ്ങൾ ന്യായമായ വിലയ്ക്കു കിട്ടാനുള്ള പ്രയാസം ഗ്രാമീണതൊഴിലാളിയുടെ മാർഗത്തിൽ ഒരു വിഘ്നമായിത്തീർന്നിട്ടു ണ്ട്. ഈ പ്രതിബന്ധങ്ങൾ വകവയ്ക്കാതെ മതിയായ ഒരു ഭക്ഷണക്ര മം സ്വീകരിക്കാനുള്ള പ്രാദേശികമാർഗങ്ങൾ പരീക്ഷണങ്ങൾമൂലം കണ്ടുപിടിക്കാൻ ഗ്രാമീണതൊഴിലാളികൾ ശ്രമിക്കുകയാണെങ്കിൽ അതു് ഒരിക്കലും സമയത്തിന്റെ ദുർവ്യയമായിരിക്കില്ല.

41

സബർമതി ആശ്രമത്തിലെ പഴയ ഒരു അംഗമായ ശ്രീ പന്നു ലാൽ ഒരു കന്നുകാലിസ്നേഹിയാണ്. കുറെ വർഷങ്ങളായി അദ്ദേഹം

41. Sagoan, 8–1–'40, Harijan, 20–1–'40 (Diet and Diet Reform, pp. 76—77)

ഒരു സാധാരണകൃഷിക്കാരനും, പാൽവില്പനക്കാരനും ആയിരുന്നു. കന്നുകാലിപ്രശ്നം പഠിക്കാൻ അദ്ദേഹം ശ്രമിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇന്ത്യയിൽ കന്നുകാലിസമ്പത്തിന്റെ സംരക്ഷണം പല സങ്കീർണ്ണതകളും നിറഞ്ഞ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒരു സാമ്പത്തികപ്രശ്നമായി വളരെക്കുറച്ചു ആളുകൾ മാത്രമേ മനസ്സിലാക്കിയിട്ടുള്ളു. നെയ്യുടെ മായംചേർക്കൽ അവയിൽ ഒന്നാണ്. ഘനീകരണവും മററു വിവിധരീതികളുംമൂലം നെയ്യുപോലെ തോന്നിപ്പിക്കുന്നതും, നെയ്യ് എന്നു തെററായി വിളിച്ചുവരുന്നതുമായ വിലകുറഞ്ഞ സസ്യയെണ്ണയുടെ ഇറക്കുമതി കാരണം കഴിഞ്ഞ കുറെ വർഷങ്ങളായി മായംചേർക്കൽ വളർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു ശല്യമായിത്തീർന്നിട്ടുണ്ട്. ക്ഷീരോത്പന്നങ്ങളുടെ വ്യാപാരികളും ഇടനിലക്കാരും ശുദ്ധമായ നെയ്യിൽ ധാരാളമായി മായം ചേർക്കുന്നതുകൊണ്ടു കൃഷിക്കാരനും, കന്നുകാലിസംരക്ഷകർക്കും നഷ്ടമുണ്ടാകുന്നുവെന്നു ശ്രീ പന്നലാൽ പറയുന്നു. പ്രത്യേകിച്ചു ബോംബെയിലും മററു സ്ഥലങ്ങളിലും സസ്യനെയ്യ് വൻതോതിൽ ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നതുകൊണ്ട് ഇത്തരം വിക്രിയകൾ അധികനാൾ നീണ്ടുനില്ക്കയാണെങ്കിൽ കൃഷിക്കാർക്ക് ഈ മത്സരത്തെ ചെറുത്തുനില്ക്കുവാൻ കഴിയുകയില്ലെന്ന് അദ്ദേഹം അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. ശുദ്ധമായ നെയ്യ് കമ്പോളത്തിൽനിന്ന് അപ്രത്യക്ഷമാകുകയാണെങ്കിൽ പാൽവില്പനയും, കൃഷിയും വാഹന ഉപയോഗങ്ങൾക്കായുള്ള കന്നുകാലിസംരക്ഷണവും അസാധ്യമായിത്തീരുമെന്നു ശ്രീ പന്നലാൽ അവകാശപ്പെടുന്നു. ധനം സമ്പാദിക്കാവുന്ന ഒരു തൊഴിലിനുപകരം, കന്നുകാലിസംരക്ഷണം ഒരു ആഡംബരമായിത്തീരുന്നു. അതുകൊണ്ടു മായംചേർക്കൽ തടയുന്നതിനു കർശനനടപടികൾ എടുക്കേണ്ടതാണെന്നു ശ്രീ പന്നലാൽ നിർദ്ദേശിക്കുന്നു. സസന്തോഷം ഞാൻ ആ നിർദ്ദേശത്തെ പിൻതാങ്ങുന്നു. മായംചേർക്കലിനെതിരായി സുസംഘടിതമായ ഒരു പൊതുജനപ്രക്ഷോഭണം നടത്തുകയും ആവശ്യമെങ്കിൽ നിരോധനനിയമങ്ങൾ നടപ്പിലാക്കുകയും വേണം. സാമ്പത്തികത്തിനുപുറമെ, ഒട്ടുംതന്നെ അപ്രധാനമല്ലാത്ത വൈദ്യശാസ്ത്രപരമായ മറൊരുവശംകൂടി ഈ മായംചേർക്കലിനുണ്ട്. ശുദ്ധമായ നെയ്യേക്കാൾ വളരെ കുറഞ്ഞ തോതിലുള്ള സംരക്ഷണമൂല്യമേ സസ്യനെയ്യ് ഉള്ളുവെന്നു നന്നായി അറിയാം. ആരോഗ്യപരമായി സസ്യനെയ്യ് ശുദ്ധനെയ്യുപകരം ഉപയോഗിക്കാവുന്നതല്ലെന്നു ഡോക്ടർമാർ പറയുന്നു. അതുകൊണ്ട്, ഇതു കോർപ്പറേഷനുകളും ഡോക്ടർമാരും പരോപകാരസംഘടനകളും താമസംകൂടാതെ കൈകാര്യം ചെയ്യേണ്ട ഒരു പ്രശ്നമാണ്. കോർപ്പറേഷനുകൾക്കു വേണ്ടത്ര അധികാരങ്ങളില്ലെങ്കിൽ അവർക്കതുണ്ടായിരിക്കേണ്ടതാവശ്യമാണ്. മനസ്സുണ്ടെങ്കിൽ പരിഹാരത്തിനും വിഷമമില്ല എന്നാണു ശ്രീ പന്നലാൽ പറയുന്നതു്. ഇറക്കുമതി ചെയ്യപ്പെട്ടതോ ഇന്ത്യയിൽതന്നെ ഉത്പാദിപ്പിച്ചതോ ആയ ഓരോ ടിൻ സസ്യനെയ്ക്കു് നിയമം

മുഖേന, എന്തെങ്കിലും ദോഷകരമല്ലാത്ത നിറമോ മണമോ ചേർക്കാൻ നിയമപരമായി നിർബന്ധിക്കുന്നതു വളരെ ഉചിതമാണു്. ശരിയായ നെയ്യിൽനിന്നും സസ്യഉത്പന്നത്തെ വേഗത്തിൽ ഇതു മൂലം തിരിച്ചറിയുന്നതിനു സാധിക്കും. ഓരോ തീപ്പെട്ടിയും ഒരു ഗവർമെൻറു സ്റ്റാമ്പുകൊണ്ടു് മുദ്രണംചെയ്യാൻ കഴിയുമെങ്കിൽ, ഓരോ ററിൻ സസ്യനെയ്യിലും ശരിയായി നിറം ചേർക്കുകയോ, സ്വാദു കൊടുക്കുകയോ ചെയ്യുന്നതിനും തീർച്ചയായും പ്രയാസമില്ല.

42

'വനസ്പതി'കൊണ്ടു പൂവിതളുകൾ; ഫലങ്ങൾ, സസ്യങ്ങൾ എന്നാണർത്ഥമാക്കുന്നതെങ്കിൽ അതിൽ ആക്ഷേപം വഴക്കിനു കാര്യമില്ല. എന്നാൽ മറെറന്തെങ്കിലുമായി അതു ധരിക്കപ്പെടേണ്ടിവരുമ്പോൾ, അതു വിഷമമായിത്തീരുന്നു. വനസ്പതി ഒരിക്കലും നെയ്യല്ല. അങ്ങനെയാകാനും തരമില്ല. അതു നെയ്യാകുമെങ്കിൽ, ഇനി ശുദ്ധമായ നെയ്യുകൊണ്ടു യാതൊരവശ്യവുമില്ലെന്നു് ഉച്ചത്തിൽ വിളിച്ചുപറയാൻ ഞാൻ ഒന്നാമനായിത്തന്നെ ഉണ്ടായിരിക്കും. നെയ്യും വെണ്ണയും മൃഗങ്ങളിൽനിന്നു ലഭിക്കുന്ന പാലിലെ കൊഴുപ്പാണു്. സസ്യഎണ്ണയോ. സസ്യ'വെണ്ണ'യോ നെയ്യുടെ രൂപത്തിലും പേരിലും വിൽക്കുന്നതു് ഭാരതീയജനതയെ വഞ്ചിക്കുകയാണു്. അതു പൂർണമായും സത്യവിരുദ്ധമാണു്. ഇത്തരം ഏതു് ഉത്പന്നവും നെയ്യുടെ രൂപത്തിൽ വിൽക്കാതിരിക്കേണ്ടതു്, വ്യാപാരിയുടെ വ്യക്തമായ ചുമതലയാണു്. ഒരു ഗവർമെൻറും ഇത്തരം വിൽപനയെ അനുകൂലിക്കരുതു്. ഇന്നു് ഇന്ത്യയിലെ കോടാനുകോടികൾക്കു് പാലോ നെയ്യോ, വെണ്ണയോ, മോരുപോലുമോ ലഭിക്കുന്നില്ല. മരണനിരക്കു് കൂടുന്നതിൽ അതിശയിക്കാനില്ല. ആളുകളിൽ ഉന്മേഷക്കുറവുമുണ്ടു്. മാംസമോ, പാലോ, പാലിൽനിന്നുള്ള വിഭവങ്ങളോ കൂടാതെ ജീവിതം നിലനിർത്തുന്നതിനു് മനുഷ്യനു യഥാർത്ഥത്തിൽ അസാദ്ധ്യമാണെന്നുതോന്നും. ഇക്കാര്യത്തിൽ ജനങ്ങളെ വഞ്ചിക്കുകയും ഈ വഞ്ചനയെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ഏതൊരുവനും ഇന്ത്യയുടെ ശത്രുവാണു്.

43

അലഹബാദു് കാർഷികസ്ഥാപനത്തിലെ പ്രൊഫസർ വാർണർ ഉത്തരപ്രദേശത്തിലെ ഒരു നഗരസഭാബോർഡിനു് സമർപ്പിച്ച ഒരു കുറിപ്പിൻെറ പകർപ്പു് എനിക്കയച്ചുതരികയുണ്ടായി. 'നഗരത്തിൽ വിൽക്കുന്ന പാട നീക്കിയ എല്ലാപാലിലും, പാട നീക്കിയ

42. New Delhi, 6–10–'46, Harijan 13–10–'46. (Diet and Diet Reform, p. 81)
43. കൽക്കട്ടയിലേക്കുള്ള തീവണ്ടിയിൽവച്ചു് 16–2–'40. Harijan, 9–3–'40. (Diet and Diet Reform, pp. 70–71)

താണെന്നു തിരിച്ചറിയുന്നതിനു നിറം ചേർത്തിരിക്കണം. അങ്ങനെ ശുദ്ധമായ പാലിൻെറ സാന്ദ്രത കുറയ്ക്കുന്നതിനും, അതിൽ മായം ചേർക്കുന്നതിനും അതുപയോഗിക്കുന്നതു തടയാം' എന്നിങ്ങനെ ആവശ്യപ്പെട്ടുകൊണ്ടു ബോർഡ് ഒരു നിയമം നടപ്പാക്കി. ഇതു് അപകടകരമായ ഒരു നിയമമാണെന്നും, വിലയേറിയ ഒരു സംരക്ഷണ ആഹാരത്തിൻെറ പൂർണമായ നശീകരണമാണു് ഇതിൻെറ ഫലമെന്നും പ്രൊഫസർ വാർണർ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. പാട നീക്കിയ പാൽ ഒരു ആഹാരപദാർത്ഥമെന്ന നിലയിൽ വെറുക്കപ്പെടേണ്ടതില്ലെന്നും, ശുദ്ധമായ പാലും, നെയ്യ് മാററിയ പാലും തമ്മിൽ, ഒരു വലിയ ശതമാനം കൊഴുപ്പ് വെണ്ണ ഉണ്ടാക്കുന്നതിനായി അതിൽനിന്നു മാററിയിട്ടുണ്ടെന്ന കാര്യത്തിൽ മാത്രമേ വ്യത്യാസമുള്ളുവെന്നും, എന്നാൽ ആ പാലിൽ സകല ലവണങ്ങളും, മാംസ്യവും നശിക്കാതെയുണ്ടായിരിക്കുമെന്നും, ഉപസംഹാരമായിട്ടാണെന്നു തോന്നുന്നു, അദ്ദേഹം തൻെറ കുറിപ്പിൽ കാണിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അതുകൊണ്ടു കൊഴുപ്പുമാററിയ പാൽ ശുദ്ധമായ പാലിൽ മായമായി ചേർത്താൽ അതിൻെറ പോഷകമൂല്യത്തിൽ കുറവ് അനുഭവപ്പെടുമെന്നേയുള്ളു. കൊഴുപ്പിൻെറ ശതമാനംമാത്രം അല്പം കുറഞ്ഞിരിക്കും. അദ്ദേഹത്തിൻെറ വാദഗതിയെ പിൻതാങ്ങിക്കൊണ്ടുള്ള കണക്കുകളും തന്നിട്ടുണ്ടു്. അതു ഞാൻ ഉദ്ധരിക്കുന്നില്ല. കൊഴുപ്പില്ലാത്ത പാലുപയോഗിച്ച് മായംചേർക്കുന്നതിനെ നിയമംകൊണ്ടു തടയുന്നതിനു് അദ്ദേഹം എതിരല്ല. എന്നാൽ കൊഴുപ്പു മാററിയ പാലിൽ നിറംചേർത്തു് അതിനെ നശിപ്പിക്കുന്നതിനോടു് അദ്ദേഹത്തിനു ശക്തമായ എതിർപ്പുണ്ടു്. അതു് ശരിയാണെന്നു് എനിക്കു തോന്നുന്നു. വിലയേറിയ ഒരു ആഹാരപദാർത്ഥം സാധുക്കളിൽനിന്നു് എടുത്തുകളയുന്നുവെന്നു മാത്രമല്ല, പാലിൽ വെള്ളം ചേർക്കുന്നതുകൊണ്ടുള്ള അപകടം വർദ്ധിക്കയും ചെയ്യും എന്നു് അദ്ദേഹം വ്യക്തമാക്കുന്നു. ഈ അപകടം വളരെ യഥാർത്ഥമാണു്. കാരണം വെള്ളത്തിൻെറ അളവു കൂടുന്തോറും, പാലിൻെറ പോഷകഗുണം കുറയുന്നു. ഇതുകൂടാതെ, വെള്ളം അശുദ്ധമായിരിക്കാമെന്ന സംഗതിയുമുണ്ടു്. ശുദ്ധമായ നെയ്യുടെ മായംചേർക്കലിനെ തടയുന്നതിനായി സസ്യഎണ്ണയിൽ നിറം ചേർക്കുന്നതും, കൊഴുപ്പു നീക്കിയ പാലിൽ നിറം ചേക്കുന്നതും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം പ്രൊഫസർ വാർണർ വ്യക്തമാക്കിയിട്ടുണ്ടു്. ദോഷകരമല്ലാത്ത ഏതെങ്കിലും ഒരു ചായമുപയോഗിച്ച് സസ്യനെയ്ക്കു നിറം കൊടുക്കേണ്ടതു് പൂർണമായും ആവശ്യമാണു്. വിലക്കുറവുള്ളതുകൊണ്ടു് നിറം പിടിപ്പിച്ച സസ്യനെയ്യ് ആളുകൾ ഉപയോഗിക്കും. ഇപ്പോഴുംതന്നെ കൊഴുപ്പുനീക്കിയ പാലിനോടു് ആളുകൾക്കു് വിദ്വേഷമുള്ളതുകൊണ്ടു്, നിറംകൊടുക്കുന്ന സാധനം പൂർണമായും ദോഷകരമല്ലെങ്കിലും. നിറമുള്ള കൊഴുപ്പുമാററിയ പാൽ ഉപയോഗിക്കുന്നതിനു് അവർ മടിക്കും. കൊഴുപ്പും നീക്കിയ

പാലിന്റെ പ്രചരണം മുൻസിപ്പാലിററികരം നടത്തിയാൽക്കൊള്ളാമെന്നു് അഭിപ്രായപ്പെട്ടുകൊണ്ടു് ഞാൻ പ്രൊഫസർ വാർണറിന്റെ വാദഗതിക്കു് പിൻതുണ നൽകുന്നു. കൊഴുപ്പു നീക്കിയ പാൽ കുറഞ്ഞവിലയ്ക്കു വിൽക്കാം. ധനികനും, സാധുവിനും അതു തികച്ചും ഗുണപ്രദമാണു്. ദഹനേന്ദ്രിയങ്ങരംക്കു പാൽ പചിക്കാൻ വയ്യാതാകുമ്പോരം, അതു രോഗിയുടെ ഒരു നല്ല ആഹാരവുമാണു്

ജി. ആഹാരക്രമപരീക്ഷണങ്ങൾ

44

ഞാൻ ഒരു പിരിയൻ, ഭ്രാന്തൻ, കിറുക്കൻ, ആയി അറിയപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഈ പ്രസിദ്ധിക്കു് ഞാൻ തികച്ചും അർഹനാണു്. കാരണം, എവിടെപ്പോയാലും, ഞാൻ പിരിയന്മാരെയും, ഭ്രാന്തന്മാരെയും, കിറുക്കന്മാരെയും എന്നിലേക്കു് ആകർഷിക്കുന്നു. ഇവരുടെയെല്ലാം ഒരു നല്ല പങ്കു് ആന്ധ്റായിലുണ്ടു്. അവിടെയുള്ളവർ മിക്കപ്പോഴും സബർമതിയിലേക്കു വന്നെത്താറുണ്ടു്. എന്റെ ആന്ധ്റാ പര്യടനത്തിൽ ഞാൻ ഇത്തരക്കാരെ ധാരാളമായി കണ്ടതിൽ അതിശയിക്കാനില്ല. എന്നാൽ ഇരുപതു വയസ്സിൽ ലണ്ടനിൽ ഞാനൊരു വിദ്യാർത്ഥിയായിരിക്കുമ്പോരം പൂർണമാക്കാതെ ഉപേക്ഷിച്ച ആഹാരക്രമപരീക്ഷണത്തിൽ മുഴുകുന്നതിനു് എന്നെ പ്രേരിപ്പിക്കയും, തന്റെ ദൗത്യത്തിലുള്ള സജീവവിശ്വാസത്താൽ, എന്റെ അഭിനന്ദനം ആർജിക്കയുംചെയ്ത ഒരു കുട്ടി കിറുക്കനെമാത്രം വായനക്കാർക്കു പരിചയപ്പെടുത്തുവാൻ ഞാൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്നു. ഇതു് രാജമന്ദ്രിയിലെ സുന്ദരം ഗോപാലറാവുവാണു്. അയാരം മിക്കവാറും പാകംചെയ്യാത്ത ആഹാരമാണു് കഴിക്കുന്നതെന്നു്, വിശാഖപട്ടണത്തുവച്ചു കണ്ടുമുട്ടിയ ഒരു സർവ്വേ സൂപ്രണ്ടു് എന്നോടു പറഞ്ഞു. ഈ സർവേസൂപ്രണ്ടാണു്, ഈ പരിചയത്തിനു് അയാരംക്കു് വഴിയുണ്ടാക്കിക്കൊടുത്തതു്. ഗോപാലറാവു തന്റെ മുഴുവൻ സമയവും നൽകിവരുന്ന ഒരു പ്രകൃതിചികിത്സാസ്ഥാപനം രാജമന്ദ്രിയിലുണ്ടു്. അദ്ദേഹം എന്നോടു പറഞ്ഞു: 'ഇരുന്നു കുളിക്കാനുള്ള തൊട്ടിലും, അതുപോലുള്ള മററുപകരണങ്ങളും ഉപയോഗിക്കാൻ സാദ്ധ്യമാണെങ്കിൽ നല്ലതാണു്. പക്ഷേ, അവപോലും കൃത്രിമമാണു്. രോഗങ്ങളില്ലാതാക്കണമെങ്കിൽ തീ ഉപയോഗിച്ചു് ആഹാരം പാകംചെയ്യുന്നതു നിറുത്തണം. മൃഗങ്ങരം ചെയ്യുന്നതുപോലെ എല്ലാം നാം അവയുടെ തനിരൂപത്തിൽത്തന്നെ കഴിക്കണം.'

'പൂർണമായും പാകംചെയ്യാത്ത ആഹാരക്രമം സ്വീകരിക്കണമെന്നാണോ നിങ്ങരം എന്നെ ഉപദേശിക്കുന്നതു്?' ഞാൻ ചോദിച്ചു.

---

44. Young India, 13-6-'29 (Diet and Diet Reform, pp. 15—17)

'തീർച്ചയായും എന്തുകൊണ്ടായിക്കൂടാ? പ്രായം ചെന്നവരിലും, സ്ത്രീകളിലുമുള്ള മാറാത്ത അജീർണം, മുളപ്പിച്ച വിത്തുകൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന സമീകൃതാഹാരംകൊണ്ടു ഞാൻ മാററിയിട്ടുണ്ടു്,' ഇതായിരുന്നു ഗോപാലറാവുവിൻെറ മറുപടി.

'പക്ഷേ, തീർച്ചയായും ഒരു പരിവർത്തനദശയുമുണ്ടായിരിക്കും', ഞാൻ പതുക്കെ എതിരു പറഞ്ഞു.

'അത്തരമൊരു ഘട്ടം ആവശ്യമില്ല.' ഗോപാലറാവു തുടർന്നു.

'പാകം ചെയ്യാത്ത അന്നജവും മാംസ്യവും ഉൾക്കൊള്ളുന്ന വേവിക്കാത്ത ആഹാരമാണു്, പാകംചെയ്ത ആഹാരത്തെക്കാളും എപ്പോഴും വേഗം ദഹിക്കുന്നതു്. പരീക്ഷിച്ചുനോക്കൂ. അപ്പോൾ അതിൻെറ മെച്ചമറിയാം.'

'ആസ്ഡ്റയിൽ വച്ചാണു് ശവദാഹകർമം നടത്തുന്നതെങ്കിൽ എൻെറ ജഡത്തോടൊപ്പം നിങ്ങളുടെ ജഡംകൂടി ആളുകൾ ദഹിപ്പിക്കും. തയ്യാറാണോ?' ഞാൻ ചോദിച്ചു.

'ഞാൻ ആ ആപത്തിനും തയ്യാറാണു്.' ഗോപാലറാവു പറഞ്ഞു.

'എങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ കുതിർത്ത ഗോതമ്പു കൊണ്ടുവരൂ. ഇന്നു മുതൽ ഞാൻ തുടങ്ങുകയാണു്.' ഞാൻ പറഞ്ഞു.

പാവം ഗോപാലറാവു കുതിർത്ത ഗോതമ്പു കൊടുത്തയച്ചു. അതു് എനിക്കുവേണ്ടി കൊടുത്തയച്ചതായിരിക്കുമെന്നറിയാതെ, കസ്തൂർബാ അതു സന്നദ്ധസംഘാംഗങ്ങൾക്കു കൊടുത്തു. അവരതു തീർത്തു. അതുകൊണ്ടു പരീക്ഷണം അടുത്തദിവസം, മേയ് 9—ാം തീയതി, ആരംഭിക്കാനേ എനിക്കു സാധിച്ചുള്ളൂ. അതുകൊണ്ടു്, ഈ കുറിപ്പുകളെഴുതുമ്പോൾ ഇന്നു്, ഒരുമാസം ആയിരിക്കുന്നു.

പരീക്ഷണംകൊണ്ടു് എനിക്കു് ഒരു കുഴപ്പവും വന്നിട്ടില്ല. എൻെറ തൂക്കം അഞ്ചു റാത്തലിലേറെ കുറഞ്ഞുവെങ്കിലും, എൻെറ ഊർജ്ജസ്വലത അക്ഷയമായിരുന്നു. അവസാനത്തെ എട്ടുദിവസങ്ങളിൽ എൻെറ തൂക്കം വർദ്ധിക്കുവാനുള്ള മട്ടു കാണിച്ചുതുടങ്ങി. എൻെറ കൂട്ടുകിറുക്കന്മാർ ഞാൻ എന്താണു ചെയ്യുന്നതെന്നു മനസ്സിലാക്കണം. ഞാൻ സാധാരണമായി, 8 തോലാ മുളച്ചുതുടങ്ങിയ ഗോതമ്പു്; 8 തോലാ കുഴമ്പാക്കിയ മധുരമുള്ള ബദാംപരിപ്പു്, 8 തോലാ പച്ചിലപ്പൊടി, 6 ചെറുനാരങ്ങാ, 2 ഔൺസു് തേൻ ഇവ ഉപയോഗിക്കുമായിരുന്നു.

ആഴ്ചയിൽ രണ്ടുമൂന്നു പ്രാവശ്യം ഗോതമ്പിനുപകരം തുല്യ അളവു മുളപ്പിച്ച പയറു് ഉപയോഗിച്ചിരുന്നു. ഗോതമ്പിനുപകരം പയറു് ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ ബദാംകുഴമ്പിനു പകരം തേങ്ങാപ്പാലും ഉപയോഗിച്ചിരുന്നു. ഭക്ഷണം രണ്ടുനേരമാക്കി മാററിയിരുന്നു

ആദ്യത്തെ ആഹാരം രാവിലെ പതിനൊന്നുമണിക്കും രണ്ടാമത്തേതു വൈകിട്ടു് ആറേകാൽ മണിക്കുമായിരുന്നു. തീയിൽ കാണിച്ചിട്ടുള്ള ഒരേയൊരു സാധനം വെള്ളം മാത്രമായിരുന്നു. രാവിലെയും, പകൽ ഒരിക്കൽക്കൂടിയും തിളച്ച വെള്ളവും നാരങ്ങയും തേനും ഞാൻ ഉപയോഗിച്ചിരുന്നു.

ഗോതമ്പും പയറും മുപ്പത്തിയാറു മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ മുളയ്ക്കും. ഇരുപത്തിനാലു മണിക്കൂർ നേരത്തേക്കു ധാന്യമണികൾ വെള്ളത്തിൽ ഇട്ടേക്കും, പിന്നെ വെള്ളം ഊററും. അതിനുശേഷം അവ നനഞ്ഞ ഖദർതുണിയിൽ രാത്രിമുഴുവനും ഇട്ടിരിക്കും. രാവിലെ അവ ഉപയോഗയോഗ്യമായി മുളച്ചിരിക്കുന്നതു കാണാം. നല്ല പല്ലുള്ളവക്കു ധാന്യം പൊടിക്കേണ്ട ആവശ്യമേ ഇല്ല. തേങ്ങാപ്പാലിനു തേങ്ങയുടെ കാൽഭാഗം നേർമയായി ചിരകി കട്ടിയുള്ള ഖാദിക്കഷണത്തിൽവച്ചു ഞെക്കിപ്പിഴിഞ്ഞാൽ മതി.

കൂടുതൽ വിശദാംശങ്ങളിലേക്കു കടക്കുന്നതു് അനാവശ്യമാണു്. ആഹാരക്രമപരിഷ്കർത്താക്കൾക്കു് അവരുടെ നിർദേശങ്ങൾമൂലം എന്നെ സഹായിക്കുന്നതിനു്, ഞാൻ പറഞ്ഞിടത്തോളം ധാരാളം മതി. പാകം ചെയ്യാത്ത ഫലവർഗങ്ങളും പരിപ്പുവർഗങ്ങളും ഉപയോഗിച്ചു പല വർഷങ്ങൾ ഞാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ടു്. പക്ഷേ പാകം ചെയ്യാത്ത ധാന്യങ്ങളും, പയറുവർഗങ്ങളും ഉപയോഗിച്ചു മുൻപൊരിക്കലും രണ്ടാഴ്ചയിൽ കൂടുതൽ കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല. അതുകൊണ്ടു പാകംചെയ്യാത്ത ആഹാരത്തെക്കുറിച്ചു അറിവുള്ളവർ അതേക്കുറിച്ചുള്ള വിവരങ്ങളോ സ്വന്തം അനുഭവങ്ങളോ നൽകി എന്നെ സഹായിക്കട്ടെ.

ഈ വസ്തുതകൾ ഞാൻ പ്രസിദ്ധപ്പെടുത്തുന്നതു ഏററവും കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം ഞാനതിനു നൽകുന്നതുകൊണ്ടാണു്. ഇതു വിജയിക്കുന്നുവെങ്കിൽ കാര്യഗൗരവമുള്ള സ്ത്രീപുരുഷന്മാർക്കു അവരുടെ ജീവിതക്രമത്തിൽ വിപ്ളവകരമായ മാററങ്ങൾ വരുത്തുന്നതിനു് ഇതു സഹായകരമായിരിക്കും. യാതൊരു സന്തോഷവും നൽകാത്തതും എന്നാൽ രോഗങ്ങളെ ഉണ്ടാക്കിവയ്ക്കുന്നതുമായ വീട്ടുവേലകളിൽനിന്നു് ഇതു സ്ത്രീകളെ വിമുക്തരാക്കും. പാകം ചെയ്യാത്ത ആഹാരസാധനങ്ങളുടെ സാന്മാർഗികമൂല്യം അതുല്യമാണു്. സാമ്പത്തികമായി നോക്കുമ്പോൾ ഈ ആഹാരത്തിനു യാതൊരു പാകംചെയ്ത ആഹാരത്തിനും ഉണ്ടാകാൻ ഇടയില്ലാത്ത സാദ്ധ്യതകൾ ഉണ്ടു്. അതുകൊണ്ടു പരിഷ്കരിച്ച ആഹാരക്രമത്തിൽ താത്പര്യമുള്ള വൈദ്യന്മാരുടെയും സാധാരണക്കാരുടെയും അനുഭാവപൂർവമായ സഹായം ഞാൻ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു.

ഒരുവനും അന്ധമായി ഈ പരീക്ഷണം പകർത്താതിരിക്കട്ടെ. ഗോപാലറാവുവിനു് ഇതിലുള്ള വിശ്വാസം എനിക്കില്ല. ഇനിയും, അതിൽ വിജയിച്ചതായി ഞാൻ അവകാശപ്പെടുന്നില്ല. ഞാൻ

അത്ര സൂക്ഷ്മതയോടെ നീണ്ടുകയാണ്. എന്നെപ്പോലെയുള്ള ഭക്ഷ്യപരിഷ്കർത്താക്കളുടെ കുറിപ്പുകളുമായി താരതമ്യപ്പെടുത്തുവാൻ എനിക്ക് സാദ്ധ്യമാകത്തക്കവണ്ണം വസ്തുതകൾ ഞാൻ പ്രസിദ്ധപ്പെടുത്തുണയാണ്.

45

പാകം ചെയ്യാത്ത ആഹാരത്തെ സംബന്ധിച്ച എന്റെ പരീക്ഷണം അസാധാരണവും, അപ്രതീക്ഷിതവുമായ താത്പര്യം ഉണർത്തിയിട്ടുണ്ട്. രസകരവും, വിജ്ഞേയവുമായ എഴുത്തുകത്തുകൾക്ക അതു് ഇട നൽകിയിട്ടുണ്ട്. വളരെ അധികം ആളുകൾ പാകംചെയ്യാത്ത ആഹാരം കഴിക്കുന്നുണ്ടെന്നും, അതിലേറെ ആളുകൾ അത്തരം ആഹാരക്രമം ഒരിക്കലെങ്കിലും സ്വീകരിച്ചിരുന്നുവെന്നും ഞാൻ മനസ്സിലാക്കുന്നു. എനിക്കയച്ചിട്ടുള്ള അത്തരം കത്തുകൾ എല്ലാം കിട്ടിയ വിവരം കത്തുകളയച്ചവരെ വ്യക്തിപരമായി അറിയിച്ചിട്ടില്ലെന്നുള്ളതു് അവർ എന്നോടു ക്ഷമിക്കും. അവരുടെ നിർദേശങ്ങളിൽ പുതുമയുള്ളതും സ്വീകാര്യമായിട്ടുള്ളതും എല്ലാം ഞാൻ സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്നതായി അവർ പൂർണമായും വിശ്വസിക്കട്ടെ. എന്റെ പരീക്ഷണത്തിന്റെ പുരോഗതിയെപ്പററി കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ പലരും ആവശ്യപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്.

പരീക്ഷണം തുടർന്നുകൊണ്ടാണിരിക്കുന്നതു്. അതു തുടരുന്നതു ബുദ്ധിപൂർവകമാണോ എന്നു ഞാൻ ബലഹീനമായി സംശയിച്ചിട്ടുള്ള നിമിഷങ്ങളും ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്. ഇതു് ആന്ധ്രയിലെ എന്റെ പര്യടനവേളയിൽ ഏററവും കൂടുതൽ ക്ഷീണം എന്നെ ബാധിച്ചപ്പോഴായിരുന്നു. പക്ഷേ പാകം ചെയ്യാത്ത ആഹാരത്തിന്റെ പിന്നിലുള്ള തത്വത്തിന്റെ സൂക്ഷ്മതയിലുള്ള എന്റെ വിശ്വാസവും അതിനോടുള്ള എന്റെ പക്ഷവാതവും ഏററവും വലുതായിരുന്നതുകൊണ്ട്, അത്ര എളുപ്പമൊന്നും ഞാൻ ആ പരീക്ഷണം ഉപേക്ഷിച്ചില്ല. എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം വെറും ശുചിത്വസംബന്ധമായ ഒരു മഹത്വം മാത്രമല്ല അതിനുള്ളതു്; സാമ്പത്തികവും ധാർമ്മികവും അഥവാ ആദ്ധ്യാത്മികമോ ആയ മഹത്വം കൂടിയുണ്ട്. രാജ്യത്തിന്റെ പല ഭാഗങ്ങളിലും പരീക്ഷണസാഹചര്യങ്ങളിൽ പ്രവർത്തിക്കേണ്ടിവരുന്ന ദേശീയപ്രവർത്തകർക്ക് വളരെ പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്ന ഒന്നാണതു്. വിവിധപ്രദേശങ്ങളിലെ വിവിധ തരത്തിലുള്ള ഭക്ഷണരീതികളിൽനിന്നുണ്ടാകുന്ന വൈഷമ്യങ്ങളെ ഈ ആഹാരക്രമം തരണം ചെയ്യും. ഈ പരീക്ഷണത്തെ സംബന്ധിച്ച പരിപൂർണവിശ്വാസത്തോടെ എന്തെങ്കിലും കൂടുതലായി എഴുതാൻകഴിയുമെങ്കിൽ അപ്പോൾ ആകാം. ഇതെഴുതുമ്പോൾ, എനിക്ക് ഒരു ദോഷവും

45. Young India, 18–7–1929 (Diet and Diet Reform, pp. 17—19)

കൊണ്ടുണ്ടായതായി തോന്നുന്നില്ലെന്നു മാത്രമാണു പറയാനുള്ളതു്. എന്റെ ശരീരഘടന ശരിക്കറിയാവുന്ന ഡോ. അൻസാരി ഈ 5ാം തീയതി ഞാൻ ഡൽഹിയിൽ ആയിരുന്നപ്പോൾ വളരെ സൂക്ഷ്മത യോടെ എന്നെ പരിശോധിക്കയും ഇപ്പോഴത്തെക്കാൾ മെച്ചപ്പെട്ട ആരോഗ്യത്തോടുകൂടി എന്നെ ഒരിക്കലും കണ്ടിട്ടില്ലെന്നഭിപ്രായപ്പെ ടുകയും ചെയ്തു. കോൽഹാപൂരിൽ വച്ചുണ്ടായ ആരോഗ്യത്തകർച്ചയ്ക്കു ശേഷം 155—ൽ താഴെ വരാതിരുന്ന എന്റെ രക്തസമ്മർദ്ദം ഇപ്പോൾ 118—ലും നാഡിസമ്മർദം 46—ലുംരേഖപ്പെടുത്തപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. 118 സാധാരണയിൽ താഴെയാണെന്നു് അദ്ദേഹം വിചാരിച്ചെങ്കിലും മ ലമ്പനിയുടെ ഒരു ചെറിയ ബാധയിൽനിന്നും വിമുക്തനായി ചാ റുള്ള ഫലവർഗങ്ങൾ കഴിച്ചുകഴിയുന്ന ഈ സമയത്തു് അതൊരു ദുസ്സൂചനയല്ലായിരുന്നു.

'ഡോ. മധുവിന്റെ ക്ഷയരോഗത്തെക്കുറിച്ചുള്ള മഹാഗ്രന്ഥവും, കേണൽ മെക്കാരിസണിന്റെ വിജ്ഞേയവും സസൂക്ഷ്മം എഴുത പ്പെട്ടിട്ടുള്ളതുമായ ഭക്ഷണത്തെ സംബന്ധിച്ച പ്രാഥമികഗ്രന്ഥവും വായിച്ചതുകൊണ്ടു പരീക്ഷണം തുടരുവാനുള്ള എന്റെ തീരുമാനം ഗണ്യമായ വിധം ശക്തിപ്പെട്ടു. ആദ്യത്തേതിൽ ഭക്ഷണക്രമത്തെ സംബന്ധിച്ച വിജ്ഞാനപ്രദമായ ഒരദ്ധ്യായമുണ്ടു്. ഇന്ത്യയിലെ കുട്ടികൾക്കായി സമർപ്പിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള രണ്ടാമത്തെ ഗ്രന്ഥ സാധാരണ ക്കാർക്കായി എഴുതപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതും പോഷകാഹാരത്തെക്കുറിച്ചു സാധാ ണരണക്കാർ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട എല്ലാ വിവരങ്ങളും വളരെ സം ക്ഷിപ്തമായി പ്രതിപാദിച്ചിട്ടുള്ളതുമാണു്. സൂക്ഷ്മതയോടെ വായിക്കേണ്ട ഒരു പുസ്തകമാണിതു്. ഗ്രന്ഥകർത്താവിനെ സംബ ന്ധിച്ചിടത്തോളം സ്വാഭാവികമായിട്ടാണെങ്കിലും എന്റെ പരിച യമനുസരിച്ചു നോക്കുമ്പോൾ അവശ്യത്തിലധികം പ്രാധാന്യം നൽ കിക്കൊണ്ടാണു ജന്തുജന്യമായ മാംസത്തിന്റെയും പാലിന്റേയും ഉപയോഗത്തെക്കുറിച്ചു പറഞ്ഞിട്ടുള്ളതു്. പരിചയത്തിന്റെ ശക്തി കൊണ്ടു് ഇറച്ചിയിലോ അല്ലെങ്കിൽ പാലിലും ക്ഷീരോത്പന്നങ്ങ ളിലുമോ വിശ്വാസം ഉറപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന ആധുനികചികിത്സാശാസ്ത്ര ത്താൽ ഇനിയും ചൂഷണം ചെയ്യപ്പെട്ടിട്ടില്ലാത്ത ഒരു മേഖലയാണു്, മനുഷ്യനെ അവന്റെ ഔന്നത്യത്തിൽ നിലനിറുത്തുവാൻ അനന്തമാ യ കഴിവുള്ള സസ്യലോകം. സസ്യാഹാരപാരമ്പര്യമുള്ള ഭാരതീയ വൈദ്യന്മാർ നിർവഹിക്കേണ്ട ഒരു കടമയാണിതു്. ജീവകങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചും അവയിൽ ഏററവും പ്രധാനപ്പെട്ടവയെ സൂര്യനിൽ നിന്നും നേരിട്ടു ലഭിക്കുന്നതിനുള്ള സാദ്ധ്യതകളെ സംബന്ധിച്ചും ഉള്ള അതിവേഗം പുരോഗമിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഗവേഷണങ്ങൾ, ആഹാരത്തെ സംബന്ധിച്ച ചികിത്സാശാസ്ത്രം ഉന്നയിച്ചിട്ടുള്ള സ്വീ കൃതങ്ങളായ പല തത്ത്വങ്ങളേയും വിശ്വാസങ്ങളേയും വിപ്ളവക രമായി മാററുന്നു.

അതങ്ങനെയിരിക്കട്ടെ. ആഹാരസാധനങ്ങളിൽനിന്നു് അവയുടെ ഏററവും കൂടുതൽ ഗുണം ലഭിക്കുന്നതിനും പ്രത്യേകിച്ചു് അതിൽ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ജീവകങ്ങളിൽ അല്പമെങ്കിലും നഷ്ടപ്പെടാതായിരിക്കുന്നതിനും അവ പച്ചയായി ഉപയോഗിക്കണമെന്ന കാര്യത്തിൽ ഈ രണ്ടു ഗ്രന്ഥകാരന്മാരും യോജിക്കുന്നുവെന്നാണു് എനിക്കു തോന്നുന്നതു്. പാകം ചെയ്യുമ്പോൾ ജീവകങ്ങളിൽ കുറെ ഭാഗം നഷ്ടപ്പെടുമെന്നും നേർമ്മക്കൂടുതലിനുവേണ്ടി ഗോതമ്പിൻെറയും വെളുപ്പിനുവേണ്ടി അരിയുടെയും തവിടു കളയുമ്പോൾ അത്യാവശ്യമുള്ള ലവണങ്ങളുടെയും ജീവകങ്ങളുടേയും ഏററിയ പങ്കും പൊയ്പോകുമെന്നും അവർ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു.

എൻെറ പരീക്ഷണം പകർത്തുന്നതിനെതിരായി എൻെറ മുൻലേഖനത്തിൽ വായനക്കാർക്കു മുന്നറിയിപ്പു നൽകിയിരുന്നു. പക്ഷേ രണ്ടു മാസത്തെ പരീക്ഷണത്തിനുശേഷം എനിക്കു ധൈര്യമായി പറയാൻ കഴിയും. കുറച്ചു പാലും നെയ്യും ഉപയോഗിക്കുമെങ്കിൽ ഏതൊരാളും ഈ പരീക്ഷണം നടത്തിക്കൊള്ളട്ടെയെന്നു . എൻെറ പരീക്ഷണം പാകം ചെയ്യാത്തതും പാലു കൂടാത്തതുമായിരുന്നെങ്കിലും പാലും നെയ്യും കൂടാതെയുള്ള ഒരു പരീക്ഷണം ശുപാർശ ചെയ്യാൻ തക്ക ഒരു നിലയിൽ ഇനിയും ഞാൻ എത്തിയിട്ടില്ല. ആരോഗ്യം അപകടത്തിലാക്കാതെ തന്നെ പാലും നെയ്യും ഉപേക്ഷിക്കാൻ കഴിയുമെന്ന എൻെറ വിശ്വാസം ഉലയാത്തതാണെങ്കിലും ഇന്നു പാലിനുണ്ടെന്നു പറയുന്ന ഗുണം ഒട്ടും കുറയാതെ ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയുന്ന സസ്യാഹാരമിശ്രം കണ്ടെത്താൻ കഴിഞ്ഞതായി എനിക്കവകാശപ്പെടാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. പാലോ ശുദ്ധമായ നെയ്യോ രണ്ടും കൂടിയോ അല്പം ചേർക്കുന്നതുകൊണ്ടു സസ്യമാംസ്യത്തിൻെറയും കൊഴുപ്പിൻെറയും ഭക്ഷണമൂല്യംവർധിക്കുകയും കൊഴുപ്പു ദഹിക്കുകയും ചെയ്യുമെന്നു രണ്ടു ഗ്രന്ഥകർത്താക്കളും സംശയാതീതമായി അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു.

ഞാൻ ഇപ്പോൾ എന്തെല്ലാമാണു കഴിക്കുന്നതെന്നു വായനക്കാരോടു പറയാം.

മുളപ്പിച്ച ഗോതമ്പു്	8	തോലാ
പൊടിച്ച ബദാം	4	,,
പൊടിക്കാത്ത ബദാം	1	,,
പച്ചക്കറി (ഉദാ. വെള്ളരിക്ക തുടങ്ങിവ)	16	,,
മുന്തിരിങ്ങ ഉണങ്ങിയതു് (പച്ചപ്പഴങ്ങൾ)	20	,,
നാരങ്ങ	2	,,
തേൻ	4	,,

അളവോ വൈവിദ്ധ്യമോ പൂർണമായി നിർണയിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ല. മിക്കവാറും ബദാമോ, ഗോതമ്പോ രണ്ടുംതന്നെയോ ഞാൻ ഉപേക്ഷിച്ചിരുന്നു. ചിലപ്പോൾ മുളപ്പിച്ച പയറും തിരുമ്മിയ

തേങ്ങയും ഗോതമ്പിനും ബദാമിനും പകരമായി ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന വായനക്കാരൻ തേനുപയോഗിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല. ചക്കര ഉപയോഗിക്കാം. ഒരു കാരണവശാലും വെള്ളപ്പഞ്ചസാര ഉപയോഗിക്കരുതു്. അതു തീർച്ചയായും അപകടകരമാണു്. ഉണങ്ങിയ മുന്തിരിങ്ങ, അത്തിപ്പഴം ഈന്തപ്പഴം ഇവ മിതമായി ഉപയോഗിച്ചാൽ അവയിൽനിന്നു പഞ്ചസാര നന്നായി ലഭിക്കും. ഗോതമ്പിന്റെ അളവു് അപര്യാപ്തമാണെന്നു തോന്നുന്നുവെങ്കിൽ അതു വർദ്ധിപ്പിക്കട്ടെ. പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽ ഒരുപക്ഷേ, ഒരു ശൂന്യത അനുഭവപ്പെട്ടേക്കും. അതു ദുരുപയോഗംമൂലം വയറു് വലുതാക്കിയതുകൊണ്ടാണു്. അതു് അതിന്റെ സ്വാഭാവികമായ വലുപ്പത്തിൽ ആകുവോളം ആ ശൂന്യത അനുഭവിച്ചേ പററൂ. ചാറുള്ള പഴങ്ങളോ അല്പംകൂടുതൽ സസ്യങ്ങളോ ഉപയോഗിക്കുന്നതുകൊണ്ടോ വെള്ളം ധാരാളം കുടിക്കുന്നതുകൊണ്ടോ അതു ഭാഗികമായി പരിഹരിക്കാവുന്നതാണു്; ഒരിക്കലും ഗോതമ്പോ പയറുവർഗങ്ങളോ ഏററവും കൂടുതൽ കഴിച്ചുകൊണ്ടായിരിക്കരുതു്. പണമുണ്ടെങ്കിൽ തീർച്ചയായും പാലു കൂടുതൽ കുടിക്കാം. മുപ്പതിലേറെ കൂട്ടുകാർ എന്നോടൊപ്പം ഈ പരീക്ഷണം ഏറ്റെടുത്തിട്ടുണ്ടു്. അവർക്കു നിർദേശിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന ഏററവും കൂടിയ അളവു് ഇതാണു്.

മുളപ്പിച്ച ഗോതമ്പു്	30 തോലാ
മുളപ്പിച്ച പയറു്	8 ,,
പച്ചക്കറി	16 ,,
നാളികേരം	8 ,,
കിസ്മസ് (മുന്തിരിങ്ങ)	1 ,,
പാൽ	റാത്തൽ
പച്ചപ്പഴങ്ങൾ, അവ ലഭിക്കുമ്പോൾ—	
നാളികേരത്തിനുപകരം നെയ്യ്	2 തോലാ

പാലിന്റെയും നെയ്യുടെയും അളവു് ഏററവും കുറവാണു്. കൂടുതൽ വേണ്ടവർക്കു കൂടുതൽ ഉപയോഗിക്കാനുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യമുണ്ടു്. ഞങ്ങളെല്ലാം അല്പം ഉപ്പു് ഉപയോഗിച്ചിരുന്നു. ഒരു മാസത്തേക്കു ഞാനതുപേക്ഷിച്ചിരുന്നു. പക്ഷേ, ചില വൈദ്യസ്നേഹിതന്മാർ ഉപ്പു് ഉപേക്ഷിക്കുന്നതിനു എതിരായി എനിക്കു മുന്നറിയിപ്പു തന്നിരുന്നു. ഞാൻ ക്ഷീണിക്കുന്നതായി തോന്നിയിട്ടോ യഥാർത്ഥത്തിൽ ക്ഷീണിച്ചിട്ടോ ഞാൻ ബദാമിൽ ഉപ്പു ചേർത്തുപയോഗിക്കുവാൻ തുടങ്ങി. ഒരുദിവസം മുപ്പതു തരിയിടയിൽ കൂടുതൽ ഉപ്പു ഞാനുപയോഗിച്ചിരുന്നില്ല. ഒരു ദിവസം മൂന്നു പ്രാവശ്യം പ്രത്യേകമായി തേൻ ചൂടുവെള്ളത്തിൽ കലർത്തി ഉപയോഗിച്ചിരുന്നു. നല്ലതുപോലെ ചവയ്ക്കുന്നതിന്റെ അത്യാവശ്യകതയെപ്പററി എത്ര പറഞ്ഞാലും അധികമാവില്ല. പല്ലും മോണയും ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തിയിരുന്നതുകൊണ്ടു ഞങ്ങൾക്കു് ഇപ്പോൾ അവയെ ശരിയായി ഉപയോഗിക്കുവാൻ പ്രയാസം നേരിട്ടു.

46

തീയിൽ പാകം ചെയ്യാത്ത ആഹാരം സംബന്ധിച്ച പരീക്ഷണങ്ങളിൽ ഞാൻ കാണിച്ച താത്പര്യവും അതിന് അനുകൂലമായി എനിക്കു ലഭിച്ച സാക്ഷ്യവും വാസ്തവത്തിൽ അസാധാരണമായിരുന്നു. ചില ലേഖകന്മാർ അവരുടെ അനുഭവങ്ങൾ പ്രസിദ്ധീകരണത്തിനായി അയച്ചുതരുകപോലും ചെയ്യുന്നുണ്ട്. പക്ഷേ ഞാൻ ഒഴിഞ്ഞുമാറുകയാണ്. ഉത്സുകരിൽ അതിശയോക്തിക്കായുള്ള ഒരു താത്പര്യം ഞാൻ കാണുന്നു. അവർ മിക്കപ്പോഴും അപര്യാപ്തമായ അടിസ്ഥാനവിവരങ്ങളെ അവലംബമാക്കിയാണു നിഗമനങ്ങളിൽ എത്തുന്നതു്. അല്ലെങ്കിൽ ഒരു ഫലവും അവരുടെ പരീക്ഷണവും തമ്മിൽ യാഥാർത്ഥ്യത്തിന്റെ പിൻബലമില്ലാത്ത ഒരു ബന്ധം അവർ കണ്ടുപിടിക്കും. അതുകൊണ്ടു് എന്റെ അനുഭവങ്ങളുമായി പരിശോധിച്ചുനോക്കുന്നതിനു് ഈ അനുഭവങ്ങൾ സഹായകരമാണെങ്കിലും മററു സഹാന്വേഷകർക്കു മാർഗദർശനത്തിനായി അവ എത്തിച്ചുകൊടുക്കാൻ എനിക്കു മടിയുണ്ടു്. അതിനാൽ എന്റെ വ്യക്തിപരമായ അനുഭവങ്ങളുടെയും നിരീക്ഷണങ്ങളുടെയും പരിശോധിക്കപ്പെട്ട ഫലങ്ങൾ അവസ്സും മാററങ്ങൾ ഉണ്ടാകാവുന്നതാണെന്ന മുന്നറിയിപ്പോടെ കാലാകാലങ്ങളിൽ നല്കുവാനാണു ഞാനുദ്ദേശിക്കുന്നതു്,

സുദീർഘമായ പരീക്ഷണവും നിരീക്ഷണവുംകൊണ്ടു് എല്ലാ ശരീരഘടനകൾക്കും പററിയ ഒരു നിർദിഷ്ട ആഹാരക്രമവുമില്ലെന്നു ഞാൻ കണ്ടു. ഭൂരിപക്ഷം രോഗികളിലും പരീക്ഷിച്ച ഫലപ്രദമെന്നു കണ്ടവയാണു്, ഒരു നിർദിഷ്ടരോഗിക്കു പ്രയോജനകരമായേക്കുമെന്നു കരുതി അതിനിപുണരായ വൈദ്യന്മാർ നല്കുന്നതായി അവകാശപ്പെടുന്ന വൈദ്യോപദേശം. വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിലെപ്പോലെ ശാസ്ത്രത്തിന്റെ മറെറാരു ശാഖയിലും, ശാസ്ത്രജ്ഞൻ തന്റെ ഗവേഷണത്തിൽ ബുദ്ധിമുട്ടേണ്ടിവരുന്നില്ല. ഒരൊററ മരുന്നിന്റെയെങ്കിലും ഫലത്തെക്കുറിച്ചോ, ആഹാരത്തെക്കുറിച്ചോ മനുഷ്യശരീരത്തിന്റെ പ്രതികരണങ്ങളെക്കുറിച്ചോ, തീർച്ചയായി പറയുവാൻ അവൻ ധൈര്യപ്പെടുകയില്ല. അതെപ്പോഴും പരീക്ഷണനിലയിലെ ഇരിക്കുന്നുള്ളു; ഇരിക്കുകയുമുള്ളു. ഒരുവന്റെ ആഹാരം അപരന്റെ വിഷമാണു് എന്ന സാധാരണ ചൊല്ലു്, അനുദിനം തെളിയിക്കപ്പെട്ടുവരുന്ന വിപുലമായ അനുഭവത്തെ ആധാരമാക്കിയിട്ടുള്ളതാണു്. കാര്യങ്ങൾ അങ്ങനെയിരിക്കെ ബുദ്ധിയുള്ള സ്ത്രീപുരുഷന്മാരെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം പരീക്ഷണങ്ങളുടെ രംഗം അനന്തവിശാലമാണു്. ഉള്ളിലുള്ള ആത്മാവിന്റെ വളർച്ചയിൽ ഒരു വലിയ പങ്കു വഹിക്കുന്ന ശരീരത്തെക്കുറിച്ചു സാധാരണക്കാരൻ

46. Young India, 8-8-'29 (Diet and Diet Reform, pp. 21—24)

അവശ്യം വേണ്ട അറിവ് നേടിയിരിക്കേണ്ടതാണ്. എന്നാൽ മററെന്തിനെക്കാളുമേറെ അപകടകരമായ അനാസ്ഥയും അജ്ഞതയും നമുക്കു നമ്മുടെ ശരീരത്തിൻെറ കാര്യത്തിലാണുള്ളത്. ശരീരത്തെ ദൈവത്തിൻെറ ആലയമായി ഉപയോഗിക്കുന്നതിനുപകരം നാം അതിനെ ഇച്ഛാസ്വാദനത്തിനുള്ള വാഹനമായി ഉപയോഗിക്കുകയും, ആ ആസ്വാദനം വർധിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള നമ്മുടെ ശ്രമത്തിൽ സഹായം തേടി, ഭിഷക്കുകളുടെ അടുത്തേക്കു ലജ്ജയില്ലാതെ ഓടുകയും ശരീരമാകുന്ന ക്ഷേത്രത്തെ ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തുകയുമാണു ചെയ്യുന്നത്.

1. ഇപ്പോഠം, പക്ഷേ, ഒന്നിൻെറയും ഫലങ്ങഠം പറയാനില്ല. മന്ദിരത്തിൽ ഇപ്പോഠം 22 പേർ എന്നോടൊപ്പം പരീക്ഷണം നടത്തുന്നുണ്ട്. മിക്കവരും പരീക്ഷണം ഉപേക്ഷിച്ചു.

2. അവർ ഇപ്പോഠം ഏത്തപ്പഴംകൂടി ആഹാരത്തിൽ കൂട്ടിച്ചേർത്തിട്ടുണ്ട്. നാളികേരത്തിൻെറ ഉപയോഗം വർദ്ധിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്.

3. പാല് ഉപയോഗിക്കാവുന്നതുകൊണ്ട്, ക്ഷീണത്തിൻെറ അപകടമോ, മററെന്തെങ്കിലും അനാശാസ്യഫലങ്ങളോ ഇല്ലെന്ന് ഏറെക്കുറെ ധൈര്യമായിത്തന്നെ പറയാം.

4. പാചകം ചെയ്യാത്ത മുളപ്പിച്ച ധാന്യങ്ങളോ, പയറുവർഗങ്ങളോ, പച്ചക്കറി സാധനങ്ങളോ ദഹിക്കുന്ന കാര്യത്തിൽ പ്രയാസമൊന്നുമില്ല.

5. മിക്കവർക്കും ധാന്യങ്ങളും പയറുവർഗങ്ങളും ഉപേക്ഷിച്ചതുകൊണ്ടും, തേങ്ങാപ്പാലും, മത്തങ്ങാ, വെള്ളരിക്കാ തുടങ്ങിയ പച്ചക്കറികളും ഉപയോഗിക്കുന്നതുകൊണ്ടും, മലബന്ധം മാറിക്കിട്ടി. പദാർത്ഥങ്ങളെല്ലാം തൊലിയോടെ വൃത്തിയായി കഴുകിയാണുപയോഗിക്കുന്നത്. ഉണങ്ങാത്ത തേങ്ങ നേർമയായി തിരുമ്മി അതിൻെറതന്നെ വെള്ളമോ വേറെ നല്ല വെള്ളമോ ചേർത്തു ഞെരുടി കട്ടിയുള്ള തുണിയിൽക്കൂടി ഞെക്കി അരിച്ചാണ് തേങ്ങാപ്പാൽ ഉണ്ടാക്കുന്നത്. ഒരു തേങ്ങ മുഴുവനും യാതൊരു കേടും അസുഖവും വരാതെ ഇങ്ങനെ ഉപയോഗിക്കാം.

6. ഒട്ടുമുക്കാൽ പേരുടെയും തൂക്കം കുറഞ്ഞു. പക്ഷേ പാകം ചെയ്യാത്ത ആഹാരക്രമത്തെ അനുകൂലിക്കുന്ന പ്രാമാണികരായ വൈദ്യന്മാർ, തൂക്കക്കുറവിനെ ആരോഗ്യപ്രദമായ ഒരു പ്രതികരണമായും ശരീരം വിഷമുള്ള പദാർത്ഥങ്ങളെ വിസർജിക്കുന്നതിൻെറ ലക്ഷണമായും ദൃഢമായി കരുതുന്നു.

7. ഭൂരിപക്ഷം ആളുകഠംക്കും ക്ഷീണം അനുഭവപ്പെടുന്നു. എങ്കിലും ക്ഷീണം ഈ പരീക്ഷണത്തിലെ ഒരു ഇടക്കാല അവസ്ഥയാണെന്നു പറഞ്ഞ പ്രാമാണികരായ ആ വൈദ്യന്മാരെ വിശ്വസിച്ചു

പരീക്ഷണം തുടരുകയാണ്—അന്നജവും കൊഴുപ്പുമുള്ള ആഹാരം കൂടുതൽ കഴിച്ചു വലുതായി തീർന്ന വയറ് അതിന്റെ സ്വാഭാവികമായ വലിപ്പത്തിലെത്തുന്നതുവരെ ഒരു ശൂന്യത അനുഭവിക്കുമെന്നതിൽ ഒരു സംശയവുമില്ല.

8. ഈ പരീക്ഷണം എളുപ്പമുള്ള ഒരു കാര്യമല്ല. കൺകെട്ടുപോലെയുള്ള ഫലങ്ങൾ അതു നല്കുകയുമില്ല. ക്ഷമയും സ്ഥിരതയും സൂക്ഷ്മതയും അതിനാവശ്യമാണ്. ഓരോരുത്തരും അവരവരുടെ സ്വന്തമായ ഒരു തുലിതാവസ്ഥ വിവിധ ഘടകങ്ങളിൽ കണ്ടെത്തേണ്ടതാണ്.

9. ഞങ്ങളിൽ മിക്കവാറും എല്ലാവർക്കുംതന്നെ കൂടുതൽ തെളിവുള്ള മസ്തിഷ്കശക്തിയും, കുളിർമനല്കുന്ന ആത്മശാന്തിയും അനുഭവപ്പെട്ടു.

10. മൃഗീയാസക്തിയുടെ ശക്തി കുറയ്ക്കുന്നതിൽ കൃത്യമായ സഹായം പരീക്ഷണങ്ങളിൽ കണ്ടെത്തിയേക്കാം.

11. ശരിയായി ചവയ്ക്കുന്നതിന്റെ ആവശ്യകതയ്ക്ക് എത്ര പ്രാധാന്യം നല്കിയാലും അധികമാവില്ല. ശ്രദ്ധാലുക്കളായ ആശ്രമവാസികൾക്കും, ചവയ്ക്കുന്ന കല അജ്ഞാതമാണെന്നും, അതുകൊണ്ട് ചീത്തപ്പല്ലുകളും, ഞരങ്ങുന്ന മോണകളുമുള്ളവരാണെന്നും എനിക്കു കാണാൻ കഴിഞ്ഞു. കുറെ ദിവസത്തേക്കു കഠിനമായും ബോധപൂർവ്വമായും തേങ്ങയും പച്ചക്കറികളും ചവച്ചതുകൊണ്ട് ഈ വഴിക്ക് അത്ഭുതകരമായ ഫലങ്ങളുണ്ടായി.

പല വൈദ്യന്മാരും എന്റെ പരീക്ഷണങ്ങളിൽ താത്പര്യമെടുക്കുന്നുണ്ട്. ഞാൻ ഉപയോഗിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന സാധനങ്ങളെ അനുകൂലിച്ചുകൊണ്ടോ പ്രതികൂലിച്ചുകൊണ്ടോ ആയുർവേദഗ്രന്ഥങ്ങളിൽനിന്നുള്ള പ്രസക്തഭാഗങ്ങൾ അവർ എനിക്ക് അയച്ചുതരുന്നുണ്ട്. ചൂടുവെള്ളത്തിൽ തേൻ ചേർത്തു ഉപയോഗിക്കുന്നതിനെ എതിർത്തും അപകടകരമായ ഫലങ്ങൾ അതിനു വിധിച്ചുകൊണ്ടും രണ്ടോ മൂന്നോപേർ ഒരേ തരത്തിലുള്ള ഉദ്ധാരണങ്ങൾ എനിക്ക് അയച്ചുതന്നിട്ടുണ്ട്. ഈ ഉദ്ധാരണങ്ങൾ സ്വാനുഭവവുമായി തട്ടിച്ചുനോക്കിയിട്ടുണ്ടോ എന്നു ഞാൻ ചോദിക്കുമ്പോൾ അവർ നിശബ്ദരായിരിക്കുന്നു. ചൂടുവെള്ളത്തിൽ തേൻ കലർത്തി ഞാൻ ഉപയോഗിച്ചുതുടങ്ങിയിട്ട് 4 വർഷത്തിൽ കൂടുതലായി. യാതൊരു തരത്തിലുമുള്ള ദുഷ്ഫലങ്ങളും ഞാൻ അനുഭവിച്ചിട്ടില്ല. തേനിന്റെ ഉപയോഗത്തിനെതിരായി സഹജീവിസ്നേഹത്തിന്റെ പേരിലും എതിർപ്പുകൾ ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്. തേൻ ശേഖരിക്കുന്നതിനുള്ള പാശ്ചാത്യ രീതി കൂടുതൽ വൃത്തിയുള്ളതും വലിയ എതിർപ്പുകൾക്ക് അധികം പഴുതു കൊടുക്കാത്തതുമാണെങ്കിലും ഈ എതിർപ്പിനു ഗണ്യമായ ശക്തിയുണ്ടെന്നു ഞാൻ സമ്മതിക്കുന്നു. ഞാൻ പറയുന്നതു തികച്ചും യുക്തിയുക്തമായിരിക്കണമെങ്കിൽ ഞാൻ സ്വീകരിക്കയോ ഉപയോഗി

ക്കയോ ചെയ്യുന്ന പല കാര്യങ്ങളും എനിക്ക് ഉപേക്ഷിക്കേണ്ടിവരു മെന്നു് ഞാൻ ഭയപ്പെടുന്നു. എന്നാൽ കർശനമായ യുക്തികൾ മാത്ര മല്ലല്ലോ ജീവിതം അധീനമായിരിക്കുന്നതു്. അതു കാഴ്ച യ്ക്ക് ക്രമരഹിതമായി തോന്നിക്കുന്നതും അതിന്റെതന്നെയായ നിയമത്തെയും യുക്തിയെയും അനുസരിക്കുന്നതും ഇന്ദ്രിയാ ധിഷ്ഠിതവുമായ വളർച്ചയാണു്. വൈദ്യോപദേശമനുസരിച്ച ഞാൻ യറവ്ഡാ ജയിലിൽവച്ചു തേനുപയോഗിച്ചുതുടങ്ങി. അതിന്റെ ഉപയോഗം ഇപ്പോൾ എനിക്കു് ആവശ്യമുണ്ടോ എന്നു് എനിക്കു നിശ്ചയമില്ല. പാശ്ചാത്യവൈദ്യന്മാർ അതി നെ വളരെയേറെ പ്രശംസിക്കുന്നുണ്ടു്. പഞ്ചസാരയുടെ ഉപ യോഗത്തെ അളവില്ലാതെ കുറയ്പ്പെടുത്തുന്ന അവരിൽ പലരും, തേ നിനെ പ്രശംസിക്കുന്നു. ശുദ്ധമാക്കിയ പഞ്ചസാരയോ, ചക്കര യോപോലെ അതു് അസുഖമുണ്ടാക്കുകയില്ലെന്നു് അവർ പറയുന്നു. ഉടൻതന്നെ തേൻ പ്രതിജ്ഞാപൂർവം ഉപേക്ഷിച്ചു് എന്റെ ഇപ്പോ ഴത്തെ പരീക്ഷണത്തെ ബലഹീനമാക്കണമെന്നു ഞാനാഗ്രഹിക്കു ന്നില്ല. പാകപ്പെടുത്താത്ത ആഹാരം സംബന്ധിച്ച പരീക്ഷണം സംശയാതീതമായി വിജയിക്കയാണെങ്കിൽ ആഹാരത്തിന്റെ മനു ഷ്യസ്നേഹപരമായ വശത്തിനു് ഏററവും വലിയ സേവനമായിരി ക്കും അതു്.

കിളിർപ്പിച്ച പയറുവർഗങ്ങൾക്കെതിരായി ഒരു ഭാഗം വേ റൊരു വൈദ്യൻ ഉദ്ധരിച്ചിട്ടുണ്ടു്. പക്ഷേ, അയാളുടെ ഉദ്ധാരണ ത്തിനു പിന്തുണയായി ശരിയായ അനുഭവജ്ഞാനം അയാൾക്കില്ല. പല ആയുർവേദ വൈദ്യന്മാർക്കുമെതിരായുള്ള എന്റെ പരാതി ഇ തായിരുന്നു. സംസ്കൃത വൈദ്യപുസ്തകങ്ങളിൽ വളരെയധികം പ്രാചീനവിജ്ഞാനം തിക്കിക്കയററിയിട്ടുണ്ടെന്നുള്ളതിൽ എനിക്കു യാതൊരു സംശയവുമില്ല. ആ വിജ്ഞാനത്തെ, 'ഉദ്ഘനനം ചെ യ്യുക' എന്നതു് അന്വർത്ഥമാകത്തക്കവണ്ണം പ്രവർത്തിക്കുന്നതിൽ നമ്മുടെ വൈദ്യന്മാർ വളരെ അലസരായി കാണപ്പെടുന്നു. അച്ചടി ച്ച വ്യവസ്ഥകൾ വെറുതെ ആവർത്തിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് അവർ സം തൃപ്തരാണു്. പല ആയുർവേദമരുന്നുകൾക്കും ഉണ്ടെന്നു് അവകാ ശപ്പെടുന്ന ഗുണങ്ങളെക്കുറിച്ചു് ഒരു സാധാരണക്കാരൻ എന്ന നില യിൽ എനിക്കുപോലും അറിയാം. എന്നാൽ ഇന്നു് അവ പ്രദർശി പ്പിക്കപ്പെടുവാൻ സാധിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ അവയുടെ ഉപയോഗം എ ന്താണു്? ഈ പ്രാചീനശാസ്ത്രത്തിനുവേണ്ടി നമ്മുടെ ആയുർവേദ വൈദ്യന്മാരുടെ ഇടയിൽ യഥാർത്ഥ അന്വേഷണത്തിന്റേതായ ഒരു മനോഭാവമുണ്ടാകണമെന്നു ഞാൻ അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു. നാശകര മാംവണ്ണം ചെലവേറിയതും ഉന്നതമായ മാനുഷികമൂല്യങ്ങൾക്കു യാ തൊരു പ്രാധാന്യവും കൊടുക്കാതെ തയ്യാറാക്കുന്നതുമായ പാശ്ചാത്യ ഔഷധങ്ങളുടെ ഭീകരതയിൽനിന്നും നമ്മെത്തന്നെ സ്വതന്ത്രരാക്കുന്ന തിനു് ആയുർവേദവൈദ്യന്മാരിൽ ഏററവും ഉന്നതനായ ഒരാളിനെ പ്പോലെ ഞാനും അത്യുൽക്കണ്ഠയുള്ളവനാണു്.

47

ആശാവഹമായ പുരോഗതിക്കുപകരം ഒരു ദുരന്തമാണ് ഈ ആഴ്ച എനിക്കു് അറിയിക്കുവാനുള്ളതു്. ആരും കടന്നിട്ടില്ലാത്ത മാർഗത്തിൽക്കൂടിയുള്ള ഈ പരീക്ഷണത്തിൽ വലിയ ജാഗ്രതയുണ്ടായിരുന്നുവെങ്കിലും ഞാൻ പരാജിതനായി. ലഘുവെങ്കിലും, വിട്ടുമാറാത്ത അതിസാരം എന്നെ ശയ്യാവലംബിയാക്കുകയും പാകം ചെയ്ത ആഹാരംമാത്രമല്ല, ആട്ടിൻപാലുകൂടി ഉപയോഗിക്കേണ്ട നില എനിക്കു വരുത്തുകയും ചെയ്തു. ഒരിക്കലും പിൻതിരിയേണ്ടി വരികയില്ലെന്ന പ്രതീക്ഷയിൽ കഴിഞ്ഞ നവംബർമാസത്തിൽ ഉപേക്ഷിച്ച പാലിലേക്കു വീണ്ടും തിരിയേണ്ടിവരുന്നതിൽനിന്നു് എന്നെ രക്ഷിക്കുവാൻ ഡോ. ഹരിലാൽ ദേശായി അദ്ദേഹത്തിന്റെ സകല സാമർത്ഥ്യവും സർവശക്തിയും ഉപയോഗിച്ചുവെങ്കിലും മലത്തിൽ ഇടതടവില്ലാതെ പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടിരുന്ന ചളിയും രക്തത്തിന്റെ അംശവും കുറയ്ക്കുന്നതിനു തൈരുപയോഗിക്കാതെ സാധിക്കയില്ലെന്നു് അദ്ദേഹം മനസ്സിലാക്കി. ഇതെഴുതുന്ന സമയത്തു അതുകൊണ്ടു ഞാൻ രണ്ടളവു തൈരു കഴിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അതിന്റെ ഫലം ഞായറാഴ്ച എഴുതിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഈ ലേഖനത്തിന്റെ അടിഭാഗത്തു ഞാൻ കുറിക്കാം. ഞാൻ കഴിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന പച്ച ആഹാരങ്ങൾ എനിക്കു ദഹിക്കുന്നില്ലായിരുന്നുവെന്നും നല്ല ദഹനലക്ഷണമായി തെറ്റുധരിച്ചിരുന്നതു് അതിസാരത്തിന്റെ ആരംഭമായിരുന്നുവെന്നും തെളിയുന്നു. ഉന്മേഷം ഉൾപ്പെടെയുള്ള മറ്റു സ്ഥിതികളെല്ലാം ശരിയായിരിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് എന്തെങ്കിലും ദോഷമുണ്ടാകുമെന്നു സംശയിക്കേണ്ട കാരണമില്ല.

നാലുപേരൊഴികെ ഒന്നിനുപുറകെ ഒന്നായി എന്റെ കൂട്ടുകാരെല്ലാംതന്നെ പരാജയപ്പെട്ടു. ആ നാലുപേരിൽ ഒരാൾ ഏകദേശം ഒരു കൊല്ലമായി അയാൾ കരുതുന്നതുപോലെ വളരെ വിജയകരമായി പച്ച ആഹാരപദാർത്ഥങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചുവരികയായിരുന്നു.

ഓരോ ആഴ്ച കഴിയുന്തോറും ക്ഷീണം തോന്നുകയും തൂക്കംകുറയുകയും ചെയ്യുന്നതായി അനുഭവപ്പെട്ടതുകൊണ്ടാണു കൂട്ടുകാരെല്ലാം പിൻവാങ്ങിയതു്.

അങ്ങനെ പാകംചെയ്യാത്ത ആഹാരം ഏതു് ആമാശയത്തിനും യോജിച്ചതാണെന്നും ചെറുപ്പക്കാർക്കും, വൃദ്ധന്മാർക്കും, രോഗികൾക്കും, അരോഗികൾക്കും അപകടശങ്കകൂടാതെ കഴിക്കാവുന്നതാണെന്നുമുള്ള ശ്രീജിത് ഗോപാലറാവുവിന്റെ അവകാശവാദത്തിന്റെ ചെറുതായ ഒരു ഭാഗംപോലും തെളിയിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ല. അത്യുത്സാഹികൾക്കു്; അവർ പ്രസ്താവനകളിൽ അതിസൂക്ഷ്മതയും അനുമാന

47. Young India, 22-8-1929 (Diet and Diet Reform, pp. 26—28)

ങ്ങളിൽ ജാഗ്രതയും ഉള്ളവരായിരിക്കണമെന്നതിനു് ഒരു മുന്നറിയിപ്പായിരിക്കണം കാഴ്ചയിലുള്ള ഈ പരാജയം.

പരാജയം കാഴ്ചയിൽമാത്രമുള്ളതാണെന്നു ഞാൻ പറയുന്നതു ഏകദേശം 40 വർഷങ്ങൾക്കുമുമ്പു എനിക്കു പാകംചെയ്യാത്ത ആഹാരത്തിലുണ്ടായിരുന്ന അതേ വിശ്വാസം ഇന്നുമുള്ളതുകൊണ്ടാണു്. പാകംചെയ്യാത്ത ആഹാരത്തിന്റെ പരിശീലനത്തിലും ശരിയായ ചേരുവകളിലും എന്റെ ഭീമമായ അറിവില്ലായ്മയാണു് എന്റെ പരാജയത്തിനു കാരണം. അതിന്റെ ചില നല്ല ഫലങ്ങൾ വാസ്തവത്തിൽ ശ്രദ്ധാർഹമാണു്. ആരും ഗൗരവതരമായി കഷ്ടപ്പെട്ടിട്ടില്ല. എന്റെ അതിസാരം വേദനയില്ലാത്തതായിരുന്നു. എന്നെ പരിശോധിച്ച എല്ലാ ഡോക്ടർമാരും മറ്റുതരത്തിൽ എന്നെ മുൻപിലത്തേക്കാൾ ആരോഗ്യവാനായി കണ്ടു. എന്റെ സ്നേഹിതന്മാർക്കു ഞാൻ കുരുടനെ വഴികാണിക്കുന്ന കുരുടനെപ്പോലെയായിരുന്നു. പാകംചെയ്യാത്ത ആഹാരത്തിന്റെ ഗുണം അറിഞ്ഞിട്ടുള്ളവനും, ഒരു ശാസ്ത്രജ്ഞന്റെ ക്ഷമയുള്ളവനുമായ ഒരാളിന്റെ ഉപദേശം, വേദനാജനകമെന്നുതന്നെ പറയട്ടെ, എനിക്കു ലഭിക്കയുണ്ടായില്ല. എന്റെ ആരോഗ്യം വീണ്ടെടുക്കയും കുറച്ചു സാവകാശം ലഭിക്കയും ചെയ്യുമെങ്കിൽ എന്തെങ്കിലും തെറ്റുകൾ ഒഴിവാക്കാമെന്നു് അറിഞ്ഞുകൊണ്ടു പ്രത്യാശയോടുകൂടി പരീക്ഷണത്തിലേക്കു തിരിയാമെന്നു പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. ഒരു മനുഷ്യനു ശരീരവും മനസ്സും ആത്മാവും ശരിയായ ഒരു സ്ഥിതിയിൽ സൂക്ഷിക്കുന്നതിനുവേണ്ട പൂർണമായ ആഹാരം കണ്ടുപിടിക്കേണ്ടതു്, ഒരു സത്യാന്വേഷകൻ എന്ന നിലയിൽ എന്റെ ആവശ്യമാണെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു. പാകംചെയ്യാത്ത ആഹാരംകൊണ്ടുമാത്രമേ ഈ അന്വേഷണം വിജയിക്കയുള്ളുവെന്നും അന്തമില്ലാത്ത സസ്യസാമ്രാജ്യത്തിൽ പാലിനു പകരമായി ഫലപ്രദമായ ഒന്നുണ്ടെന്നും, എല്ലാ വൈദ്യന്മാരും സമ്മതിക്കുന്നതുപോലെ അതിനു കുറവുകളുണ്ടെന്നും അതു മനുഷ്യനുവേണ്ടിയല്ല, താണജന്തുക്കളുടെ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കായുള്ളതാണെന്നും ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ ഒന്നിലധികം വീക്ഷണകോടികളിൽനിന്നു നോക്കുമ്പോൾ വളരെ അത്യാവശ്യമായി തോന്നിയിട്ടുള്ള ഒരന്വേഷണത്തിനു വരുന്ന എന്തു ചെലവും അത്ര വിലപിടിച്ചതായി ഞാൻ കണക്കാക്കുകയില്ല. അതുകൊണ്ടു് അടുപ്പമുള്ള ചിന്താഗതിക്കാരിൽനിന്നും ഞാൻ വിവരങ്ങളും മാർഗനിർദേശങ്ങളും ഇപ്പോഴും ആരായുന്നു. എന്റെ ജീവിതത്തിലെ ഈ ഘട്ടത്തോടു് അനുകമ്പ ഇല്ലാത്തവർക്കും, എന്നോടുള്ള സ്നേഹം മൂലം എന്നെപ്രതി ആകാംക്ഷയുള്ളവർക്കും, എന്റെ മറ്റു ശ്രമങ്ങളെ അപായത്തിലാക്കുന്ന യാതൊരു പരീക്ഷണങ്ങളിലും ഞാൻ ഏർപ്പെടുകയില്ലെന്നു ഉറപ്പുനൽകുന്നു. 18 വയസ്സു മുതൽ അത്തരം പരീക്ഷണങ്ങൾ ഞാൻ നടത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നെങ്കിലും കഠിനമായരോഗം മൂലം ഞാൻ ഒരിക്കലും കഷ്ടപ്പെട്ടിട്ടില്ലെന്നും സാമാന്യമായ നല്ല

ആരോഗ്യം കാത്തുസൂക്ഷിക്കുന്നതിന് എനിക്കു കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ടെന്നും ഞാൻ കരുതുന്നു. എന്നാൽ ഈ ലോകത്തു് ഏതെങ്കിലും ഒരു ജോലിക്കായി ദൈവം എന്നെ ഉദ്ദേശിക്കുന്നിടത്തോളം കാലം അദ്ദേഹം ആപത്തിൽനിന്നു എന്നെ രക്ഷിക്കുമെന്നും, അതിരു കടന്നു പോകുന്നതിൽനിന്നും എന്നെ തടയുമെന്നും,എന്നോടൊപ്പം അവരും മനസ്സിലാക്കിയിരിക്കണമെന്നു ഞാനാഗ്രഹിക്കുന്നു.

താൽക്കാലികമായി എനിക്കു വന്നുചേർന്ന തടസ്സം കാരണം പരീക്ഷണം നടത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നവർ അതുപേക്ഷിക്കരുതു്. എന്റെ പരാജയത്തിന്റെ കാരണങ്ങളിൽനിന്നും അവർ പഠിക്കട്ടെ:

1. ചർവണം അപര്യാപ്തമാവുകയെന്ന അപകടം അല്പമെങ്കിലുമുണ്ടെങ്കിൽ ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾ വിഴുങ്ങുന്നതിനുപകരം, വായിലിട്ടു നല്ലവണ്ണം അലിയിച്ചിറക്കുക.

2. വായിൽ അലിയാത്ത ശേഷിപ്പുണ്ടെങ്കിൽ അതു പുറത്തു കളയണം.

3, ധാന്യങ്ങളും പയർവർഗങ്ങളും മിതമായി ഉപയോഗിക്കണം.

4. ഉപയോഗിക്കുന്നതിനു മുമ്പായി പച്ചക്കറികൾ നല്ലവണ്ണം കഴുകി ചുരണ്ടണം. അവയും മിതമായി ഉപയോഗിക്കണം.

5. പച്ചയും ഉണക്കിയതും (കുതിർത്തതു്) ആയ ഫലങ്ങളും, അണ്ടിപ്പരിപ്പുകളും, പ്രാരംഭഘട്ടത്തിലെങ്കിലും പ്രധാന ആഹാരമായിരിക്കണം.

6. യാതൊരു കഴപ്പവുംകൂടാതെ, കുറെ നീണ്ട കാലത്തേക്കു പാകംചെയ്യാത്ത ആഹാരം കഴിച്ചതിനുശേഷമേ പാൽ ഉപേക്ഷിക്കാവൂ. ഞാൻ വായിച്ചിട്ടുള്ള എല്ലാ പത്രികകളും, പഴവും അണ്ടിപ്പരിപ്പും കുറച്ചുമാത്രം പച്ചക്കറികളും ചേർന്നതു ഒരു പൂർണആഹാരമായി ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നു.

48

ഗ്രാമീണപുനർനിർമാണപ്രശ്നത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ആലോചനയിൽ പശുവിൻപാൽ എരുമപ്പാലിനേക്കാൾ മെച്ചപ്പെട്ടതാണോ എന്ന ചോദ്യം അന്വേഷണത്തിനായി വന്നിട്ടുണ്ടു്. ഈ വിഷയത്തിൽ ഞാൻ എന്റെ സ്നേഹിതന്മാർക്കെഴുതിയിട്ടുണ്ടു്. റാവുബഹദൂർ സഹസ്രബുദ്ധേയിൽനിന്നും തനിക്കു ലഭിച്ച ഒരു കത്തു് ശ്രീ ഹരിബാബു ഫതക് എനിക്കു് അയച്ചുതന്നിട്ടുണ്ടു്. താഴെ കാണുന്നപ്രകാരമാണു് അതിന്റെ ഉള്ളടക്കം.

48. Harijan.22–2–1935 (Diet and Diet Reform, pp, 67—69)

'പശുവിൻപാലും എരുമപ്പാലും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസങ്ങളെ കുറിച്ചുള്ള നിങ്ങളുടെ അന്വേഷണങ്ങളെ സംബന്ധിച്ച് എനിക്കു പറയാനുള്ളതു്, പശുവിൻപാലിലെ കൊഴുപ്പും, കാസീനും എരുമപ്പാലിലേതിനെക്കാൾ വേഗം ദഹിക്കുന്നുവെന്നാണു്. പശുവിൻ പാലിൽ എരുമപ്പാലിലുള്ളതിനേക്കാൾ വളരെ കൂടിയ അളവിൽ ജീവകങ്ങളുണ്ടു്. ഈ സവിശേഷതകൾ കുട്ടികളേയും, മുതിർന്നവരേയും ഒന്നുപോലെ ബാധിക്കുന്നു. എന്നാൽ പ്രായമായ ഒരാൾക്കു് എരുമപ്പാൽ ദഹിക്കുമെങ്കിലും ഒരു കുട്ടിക്കു് അതു ദഹിക്കുകയില്ല. നിങ്ങൾക്കു വേണ്ടതു് ഇത്രമാത്രമാണെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു.'

ഷോലാപൂരിലെ ഗോപാലക് സംഘത്തിന്റെ പ്രസിഡണ്ടായ ഡോക്ടർ ആപ്ടേയിൽനിന്നു് ഒരഭിപ്രായവും അദ്ദേഹത്തിനു ലഭിച്ചു. അതു് ചുവടേ ചേർത്തിട്ടുണ്ടു്. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ചോദ്യങ്ങൾക്കു് ഉത്തരം അയച്ചിട്ടുള്ളവരുടെ പേരും ഉത്തരങ്ങളിൽ ചിലതും ഞാൻ വിട്ടുകളഞ്ഞു.

'കഴിഞ്ഞ മൂന്നുവർഷമായി, പശുവിൻപാൽ എരുമപ്പാലിനേക്കാൾ മെച്ചപ്പെട്ടതാണോ എന്ന പ്രശ്നം ചർച്ചചെയ്തു വരികയാണു്. പശുവിൻപാലിന്റെ ഉപയോഗത്തിലേക്കു് പൊതുജനശ്രദ്ധയെ ആകർഷിക്കുന്നതിൽ ഇതു നല്ലവണ്ണം ഫലപ്രദമായിട്ടുണ്ടു്. പുരാതനരേഖകളിൽനിന്നും, യുഗങ്ങളോളം പഴക്കമുള്ള വിശ്വാസങ്ങളിൽനിന്നും, പശുവിൻപാൽ എരുമപ്പാലിനേക്കാൾ മെച്ചപ്പെട്ടതാണെന്നു് ഇന്ത്യയിൽ വിശ്വസിച്ചുപോരുന്നു. മററു രാജ്യങ്ങളിൽ പശുവിൻപാൽ മാത്രമേ ഉപയോഗിക്കു എന്നുള്ള വസ്തുതയിൽനിന്നു് ഇതുതന്നെ അനുമാനിക്കാം. എന്നാൽ ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ഈ യുഗത്തിൽ പ്രായോഗികമായി തെളിയിച്ചല്ലാതെ ഒരു സിദ്ധാന്തവും സ്വീകരിക്കപ്പെടുന്നില്ല. നമ്മുടെ പൂർവികർ ഉപയോഗിച്ചതുകൊണ്ടോ, മററു രാജ്യങ്ങൾ പശുവിൻപാൽ ഉപയോഗിക്കുന്നതുകൊണ്ടോ, പശുവിൻപാൽ മെച്ചപ്പെട്ടതാണെന്നു പറഞ്ഞാൽ പററുകയില്ല. അതു മെച്ചപ്പെട്ടതാണെന്നു് ഉറപ്പിച്ചു പറയുന്നവരിലാണു് അതു തെളിയിക്കേണ്ട ചുമതല നിക്ഷിപ്തമാകുന്നതു്. ശാസ്ത്രീയമായി ഇതു തെളിയിക്കുന്നതിനു പല മാർഗങ്ങളുണ്ടു്. അവ താഴെ പറയുന്നവയാണു്:

ഘടകങ്ങളുടെ വിശകലനം മൂലം രണ്ടുതരം പാലിന്റെയും ഗുണങ്ങളും ദോഷങ്ങളും താരതമ്യപ്പെടുത്തുന്നതിനു്, രാസപരമായി അവയുടെ ഘടകങ്ങളുടെ പോഷകമൂല്യം തെളിയിക്കാൻ സാധിക്കും. പൂനായിലെ കാർഷികോളജിലെ പ്രൊഫസ്സർ റാവു ബഹദൂർ ഡി. എൽ. സഹസ്രബുദ്ധേ അത്തരം ഒരു പരീക്ഷണം നടത്തിയിട്ടുണ്ടു്. 11–9–'34–ലെ 'ജ്ഞാനപ്രകാശ്'–ൽ അതിന്റെ വിവരങ്ങൾ അദ്ദേഹം പ്രസിദ്ധീകരിച്ചിട്ടുണ്ടു്. പശുവിൻപാൽ കൊച്ചുകുട്ടികളുടെ പോഷണത്തിനു് ഉപയോഗപ്രദമാണെന്നു മാത്രമല്ല,

എരുമപ്പാൽ അവർക്കു ദോഷകരമാണെന്നും അദ്ദേഹം അതിൽ വ്യക്തമാക്കിയിട്ടുണ്ട്. പ്രൊഫസ്സർ സഹസ്രബുദ്ധേ പറയുന്നു:

'കുട്ടികൾക്കു ദഹിക്കാത്ത കൊഴുപ്പ് എരുമപ്പാലിൽ ധാരാളമുണ്ട്. ദഹനക്കേട് കാരണം അവക്ക് അതിസാരം പിടിപെടും. എല്ലുകളുടെ നിർമാണത്തിനാവശ്യമായ ശരീരത്തിലെ ഉപ്പ്, ദഹിക്കപ്പെടാത്ത കൊഴുപ്പിലെ അമ്ലം വലിച്ചെടുക്കും. ഈ ഉപ്പിന്റെ അഭാവം കണക്ക് കാരണമാണ്. ദഹനശക്തിയിൽ പശുവിൻപാലിലെയും, എരുമപ്പാലിലെയും കൊഴുപ്പുകൾക്കു തമ്മിൽ വ്യത്യാസമുണ്ട്. ആവിയായിപ്പോകുന്നതും, അലിയുന്നതുമായ അമ്ളങ്ങളുടെ ശതമാനം പശുവിൻനെയ്യിൽ കൂടുതലാണ്. തൽഫലമായി അതു വേഗം ദഹിക്കും.'

എരുമപ്പാലിലേതിനേക്കാൾ പശുവിൻപാലിലെ കാസീൻ ആമാശയത്തിൽ വേഗം ദഹിക്കുന്നുവെന്നും പ്രൊ. സഹസ്രബുദ്ധേ നടത്തിയ പരീക്ഷണം തെളിയിക്കുന്നു. ആ പ്രബന്ധം മൊത്തത്തിൽ വിജ്ഞാനപ്രദമാണ്.

ഒരേ സാഹചര്യത്തിൽ വളരുന്ന കുട്ടികളെയും പുരുഷന്മാരെയും രണ്ടു തുല്യകൂട്ടങ്ങളിലാക്കുന്നതും, അതിലെ ഒരു കൂട്ടത്തിൽപ്പെട്ടവർക്ക് ഏകദേശം ഒരു സേർ പശുവിൻപാലും, മറെറ വിഭാഗത്തിൽപ്പെട്ടവർക്ക് അതേ അളവു എരുമപ്പാലും ഒരു പ്രത്യേക കാലയളവിലേക്കു കൊടുക്കുന്നതും ഓരോ കൂട്ടത്തിലെയും അംഗങ്ങളുടെ ശാരീരികവും, മാനസികവും, ബുദ്ധിപരവുമായ വളർച്ച നിരീക്ഷിക്കുന്നതും അതു രേഖപ്പെടുത്തുന്നതും ഏതു പാലാണ് മറേറതിനേക്കാൾ മെച്ചപ്പെട്ടതെന്നു തെളിയിക്കുന്നതിനുള്ള രണ്ടാമത്തെ സമ്പ്രദായമാണ്. എരുമകളില്ലാത്തതുകൊണ്ടു യൂറോപ്പിലോ അമേരിക്കയിലോ ഇത്തരം പരീക്ഷണം നടത്തുന്നില്ല. ഇന്ത്യയല്ലാതെ വേറെ ഏതെല്ലാം രാജ്യങ്ങൾ എരുമകളെ ക്ഷീരോത്പാദകമൃഗങ്ങളായി ഉപയോഗിക്കുന്നുവെന്നതിനെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരങ്ങൾ നൽകണമെന്നാവശ്യപ്പെട്ടുകൊണ്ട് ഷോലാപൂരിലെ ഗോപാലക്സംഘം, ക്ഷീരോത്പാദനകേന്ദ്രത്തിലെ പ്രധാനിക്ക് എഴുതിയിരുന്നു. ഈ ചോദ്യത്തിന്റെ ഉത്തരം ഇന്ത്യക്കു വെളിയിൽ ഫിലിപ്പൈൻദ്വീപുകളിലും, ചൈനയുടെ തെക്കേ വശത്തും മാത്രമേ എരുമപ്പാൽ ഉപയോഗിക്കുന്നുള്ളുവെന്നു കാണിക്കുന്നു. ഫിലിപ്പൈൻദ്വീപുകളുടെ കാര്യത്തിൽ ഏതായാലും അവിടത്തെ ആളുകൾ പശുവിൻപാലിന്റെ ഉപയോഗത്തിലും പ്രാധാന്യത്തിലും വിശ്വസിക്കുന്നതുകൊണ്ട് എരുമപ്പാലിനെക്കാൾ പശുവിൻപാൽ കൂടുതൽ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു. മുകളിൽ പറഞ്ഞമാതിരിയുള്ള ഒരു പരീക്ഷണം, അതുകൊണ്ട് ഇന്ത്യക്കു വെളിയിൽ എവിടെയെങ്കിലും നടത്തിയെന്നു വരികയില്ല. ഏതെങ്കിലും ബോർഡിംഗ് മന്ദിരത്തിൽ താമസിക്കുന്ന വിദ്യാർത്ഥികളിൽ ഈ പരീക്ഷണം നടത്തേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഇതു

വളരെ പണച്ചെലവുള്ള ഒരു ജോലിയായതുകൊണ്ട്, ഷോലാപ്പൂരിലെ ഗോപാലക്സംഘം മററു ഗോസംരക്ഷണസംഘടനകളോടും ഔദാര്യനിധികളായ ധനികരോടും ഇത്തരം ഒരു താരതമ്യപഠനം നടത്തുന്നതിനു സംഘത്തിനു വേണ്ട ധനസഹായം ആവശ്യപ്പെട്ടു. എന്നാൽ ആരും മുന്നോട്ടു വന്നില്ല എന്നുള്ളതു ഖേദകരമാണ്. ആവശ്യമുള്ളത്ര ദ്രവ്യസഹായം ലഭിച്ചിരുന്നെങ്കിൽ ഷോലാപ്പൂരിലെ 'ഡോ. ഛത്രി അനാഥവിദ്യാർത്ഥി ഗൃഹ'ത്തിൽവച്ചു് അവിടെയുള്ള രണ്ടു ഗ്രൂപ്പ് ആൺകുട്ടികളെ തിരഞ്ഞെടുത്തു് ഓരോ ഗ്രൂപ്പിനും ഓരോ ഇനം പാൽ വേണ്ടത്ര അളവു കൊടുത്തു് അതിൻെറ ഫലം അടയാളപ്പെടുത്തി വളരെവേഗം ഈ പരീക്ഷണം നടത്തുമായിരുന്നു. എല്ലാ സംഘടനകളോടും വ്യക്തികളോടും ഇത്തരം ഒരു പരീക്ഷണം നടത്തി അതിൻെറ ഫലം പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നതിനു ഞാൻ ആത്മാർത്ഥമായി അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

മനുഷ്യരിൽ നടത്തേണ്ട ഇത്തരം താരതമ്യപരീക്ഷണങ്ങൾ വളരെ ചെലവേറിയ ഒരു സംഗതിയാണ്. പരീക്ഷണശാലകളിൽ സൂക്ഷിക്കുന്ന മൃഗങ്ങളിൽ, പ്രത്യേകിച്ചും എലികളിലും ഗിനിപിഗ്ഗുകളിലും, ഈ പരീക്ഷണം നടത്താൻ സാധിക്കും. ഇത്തരം ഒരു പരീക്ഷണത്തിനു് ആവശ്യമായ സാധനങ്ങൾ ലഭ്യമല്ലാത്തതുകൊണ്ടു് ഗോപാലക്സംഘം ഇത്തരം ഒരു പരീക്ഷണം നടത്തുന്നതിനു് ആവശ്യപ്പെട്ടുകൊണ്ടു് കന്നൂരിലെ ഗവർമെൻറു് ക്ഷീരശുദ്ധീകരണകേന്ദ്രത്തിലേക്കു് എഴുതിയിട്ടുണ്ടു്. എന്നാൽ അവിടത്തെ അധികൃതരിൽനിന്നു് ഇതുവരെ ഒരു മറുപടിയും ലഭിച്ചിട്ടില്ല.

ഈ ലക്ഷ്യത്തിലേക്കു് ഷോലാപ്പൂരിലെ ഗോപാലക്സംഘം നാലാമത്തേതും ഏററവും എളുപ്പവുമായ ഒരു മാർഗം സ്വീകരിച്ചു. പശുവിൻെറയും എരുമയുടെയും പാലിനെ സംബന്ധിച്ച ഒരു ചോദ്യപംക്തി തയ്യാറാക്കി ഏകദേശം ആറുമാസങ്ങൾക്കു മുൻപു പല ഡോക്ടർമാർക്കും ഭിഷക്കുകൾക്കും ഗവേഷണവിദഗ്ദ്ധന്മാർക്കും പത്രങ്ങൾക്കും മാസികകൾക്കും ഇന്ത്യയ്ക്കു് അകത്തും പുറത്തുമുള്ള വൈദ്യ–ആരോഗ്യ ഡിപ്പാർട്ടുമെൻറുകളിലെ ഉദ്യോഗസ്ഥന്മാർക്കും അയച്ചുകൊടുത്തു. ഈ ചോദ്യങ്ങളുടെ ഏകദേശം 700 പതിപ്പുകൾ മറാഠിയിലും ഇംഗ്ലീഷിലും പുറത്തിറക്കി. ഇന്ത്യയിലെ പല പത്രങ്ങളും മാസികകളും അമേരിക്കയിലെ ഹോർഡ്സ്–ഡയറിമാനും ഇതു പ്രസിദ്ധപ്പെടുത്തി, അവരുടെ വായനക്കാരുടെ അഭിപ്രായം ആരാഞ്ഞു. ഞങ്ങൾക്കു ലഭിച്ച ഉത്തരങ്ങളിൽ ഇന്ത്യയ്ക്കു പുറത്തുനിന്നും രണ്ടെണ്ണം മാത്രമേ ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളു. അതിൽ ഒന്നു് അമേരിക്കയിൽനിന്നും മറേറതു് സിലോണിലെ ഗവർമെൻറു് മെഡിക്കൽ ഡിപ്പാർട്ടുമെൻറിൽനിന്നും ആയിരുന്നു. ഇതുവരെ ഏകദേശം 50 ഉത്തരങ്ങൾ ലഭിച്ചിട്ടുണ്ടു്.

ഉത്തരങ്ങളിൽനിന്ന് അനുമാനിക്കാവുന്ന നിഗമനങ്ങളാണ് ചുവടെ ചേർക്കുന്നത്.

1. കുട്ടികളുടെ വളർച്ചയ്ക്ക് എരുമപ്പാൽ ഹാനികരമാണ്. അമ്മയുടെ പാലിന്റെ അഭാവത്തിൽ പശുവിൻപാൽ മാത്രമേ അവർക്കു പ്രയോജനകരമായിരിക്കയുള്ളൂ.

2. വേഗത്തിൽ ദഹിക്കുന്നതുകൊണ്ട് രോഗികൾക്ക് എരുമപ്പാലിനെക്കാൾ കൂടുതൽ ഉപയോഗപ്രദം പശുവിൻപാലാണ്.

3. മുതിർന്നവർ എരുമപ്പാൽ ഉപയോഗിക്കുന്നത് ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ ദോഷകരമാണെന്നു കാണിക്കുന്നതിനു നിശ്ചിതമായ ഒരു തെളിവുമില്ല. ഏതു പ്രായത്തിലുള്ള ആളിനും എരുമപ്പാൽ ദഹിക്കാൻ പ്രയാസമാണെന്നും അതിലെ ക്രമത്തിലധികമായ കൊഴുപ്പ് കുടലിൽവച്ചു സോപ്പുണ്ടാക്കുന്നുവെന്നും സാധാരണ അളവ് ലവണങ്ങൾകൊണ്ട് അതു ദഹിക്കാൻ പ്രയാസമാണെന്നും അത് എല്ലിൽനിന്നും ന്യൂനതയുള്ള ധാതുലവണങ്ങൾ എടുക്കുമെന്നും തുടർന്ന് എല്ലുകൾ ക്ഷയിക്കുമെന്നും ബോംബെ സർക്കാരിന്റെ കന്നുകാലി വിദഗ്ധനായ മി. ബ്രൂവൻ പറയുന്നു. മേൽപ്പറഞ്ഞതൊന്നും പശുവിൻപാലിന്റെ ദഹനത്തിന് ഉണ്ടാകുന്നില്ല.

4. പ്രത്യേകിച്ചു കുട്ടികളുടെ ബുദ്ധിവികസനത്തിനു പശുവിൻപാൽ ഗുണപ്രദമാണ്. മുതിർന്നവരുടെ ബുദ്ധിവികസനത്തിൽ പശുവിൻപാലിനു കൂടുതൽ പ്രയോജനമുണ്ടോ എന്നതു സംബന്ധിച്ചു നിശ്ചിതമായ ഒരു അനുമാനം കിട്ടാൻ സാദ്ധ്യമല്ല.

5. എരുമകളെ വളർത്തുന്നതിനു പകരം, പട്ടണങ്ങളിൽ പശുക്കളെ വളർത്തുകയാണെങ്കിൽ, കുറഞ്ഞ ചെലവിൽ പട്ടണത്തിലെ പൊതുജനാരോഗ്യത്തിൽ ഗുണപ്രദമായ ഒരു ഫലം അതുണ്ടാക്കും.

ഡോ. ആഫ്രേ നിർദേശിച്ച പരീക്ഷണം നടത്തുന്നതു കൊള്ളാം. പലവിധത്തിലും, പശുക്കളുടെയും എരുമകളുടെയും താരതമ്യഗുണങ്ങൾ ദേശീയപ്രാധാന്യമുള്ള ഒരു പ്രശ്നമാണ്. ഈ മൃഗങ്ങൾ ഇന്ത്യയിലെ ജീവിതത്തിൽ വഹിക്കുന്ന പങ്കുപോലെ ലോകത്തിലെ മററു ദേശങ്ങളിലൊന്നും വഹിക്കുന്നില്ല.

കൂടുതൽ പരീക്ഷണങ്ങൾ കൂടാതെതന്നെ ഡോ. ആഫ്രേ, പ്രശസ്തവൈദ്യന്മാരുടെയും ക്ഷീരോത്പാദകവിദഗ്ധന്മാരുടെയും ശേഖരിക്കപ്പെട്ട അഭിപ്രായങ്ങളിൽനിന്ന്, പശുവിൻപാൽ എരുമപ്പാലിനെക്കാൾ ഉൽകൃഷ്ടമാണെന്നു മതിയാംവണ്ണം തെളിയിക്കുന്നു.

49

ഡോ. പ്രഫുല്ലാ ഘോഷ് പശുവിൻ നെയ്യുടെയും എരുമനെയ്യുടെയും താരതമ്യഗുണങ്ങൾ പരിശോധിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കയാണ്. അദ്ദേഹം എഴുതുന്നു:

'താഴെപ്പറയുന്ന മൂന്നു രസതന്ത്രജ്ഞന്മാരുടെ അഭിപ്രായം ഞാൻ അന്വേഷിച്ചറിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്.

1. കൽക്കട്ടയിലെ സയൻസ് യൂണിവേഴ്സിററികോളേജിലെ പ്രൊ. ഡോ. മഹേന്ദ്രഗോസ്വാമി,ഡി.എസ്സി., പിഎച്ച്. ഡി. (അപ്ലൈഡ് കെമിസ്ട്രി വിഭാഗത്തിൽ എണ്ണയും കൊഴുപ്പും സംബന്ധിച്ച രസതന്ത്രത്തിന്റെ പ്രൊഫസർ).

2. ഡോ. കെ. പി. ബോസ്, പി എച്ച്. ഡി. (ഡാക്കാ സർവകലാശാലയിലെ ബയോകെമിസ്ട്രി വിഭാഗത്തിന്റെ അദ്ധ്യക്ഷൻ).

3. മി. രാമസ്വാമി അയ്യർ (ബാംഗ്ളൂരിലെ ഇൻഡ്യൻ ഇൻസ്റ്റിററ്യൂട്ട് ഓഫ് സയൻസിലെ കൊഴുപ്പും എണ്ണയും വിദഗ്ധൻ).

ഇതേ സംബന്ധിച്ചുള്ള കൃതികളും ഞാൻ സ്വയം നോക്കിയിട്ടുണ്ട്. എന്റെ ആവശ്യാനുസരണം രണ്ടുതരം നെയ്യിലേയും ജീവകാംശങ്ങൾ ബംഗാൾ കെമിക്കൽ വർക്സിലെ ഡോക്ടർ ബി. സി. ഗുഹ പരിശോധിക്കയുണ്ടായി. വിവരങ്ങൾ എല്ലാം ശേഖരിച്ചതിൽ താഴെച്ചേർക്കുന്ന നിഗമനത്തിൽ ഞാൻ എത്തിയിരിക്കയാണ്.

നമ്മുടെ അറിവിന്റെ ഇപ്പോഴത്തെ ചുററുപാടിൽ, ആഹാരക്രമനിരീക്ഷണത്തിൽ ഈ രണ്ടുതരം നെയ്യിൽ ഏതാണു മെച്ചപ്പെട്ടതെന്നു നിശ്ചയമായി പ്രഖ്യാപിക്കുവാൻ സാധിക്കയില്ല.'

50

എന്റെ ആവശ്യപ്രകാരം ബനാറസ് ഹിന്ദുസർവകലാശാലയിലെ ഇൻഡസ്ട്രിയൽ കെമിസ്ട്രിയുടെ പ്രൊഫസ്സറായ ഡോ. ഗോഡ്ബോൾ ഈ രണ്ടു കൊഴുപ്പുകളെക്കുറിച്ചുമുള്ള വിപുലവും, വിമർശനപരവുമായ ഒരു അപഗ്രഥനം അയച്ചുതന്നിട്ടുണ്ട്. സാധാരണ വായനക്കാരനു് അതു വളരെ സാങ്കേതികജഡിലമാണ്. ഈ പ്രധാനവിഷയത്തേക്കുറിച്ചു പഠിക്കുന്ന ഏതെങ്കിലും ഒരു വിദ്യാർത്ഥിക്കു ഞാൻ ഇതു സസന്തോഷം നൽകാം. അതേസമയം അദ്ദേഹത്തിന്റെ നിഗമനങ്ങൾ താഴെ കൊടുക്കുക മാത്രം ചെയ്യുന്നു.

49. Harijan, 22-3-1935 (Diet and Diet Reform, p. 73)
50. Harijan, 20-3-'35(Diet and Diet Reform, p. 73)

1. പശുവെണ്ണക്കൊഴുപ്പിന്റെ ചേരുവയിൽ അയഡിൻ ഉള്ളതായി അറിയപ്പെടുന്നു. എന്നാൽ എരുമവെണ്ണക്കൊഴുപ്പിൽ ഇതുണ്ടോ എന്നതു സംബന്ധിച്ച യാതൊരു വിവരവും ലഭ്യമല്ല.

2. പശുവിൻവെണ്ണക്കൊഴുപ്പിലും എരുമവെണ്ണക്കൊഴുപ്പിലും ജീവകം Aയും ജീവകം Dയും അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ പശുവിൻ വെണ്ണയിൽ ജീവകം A അധികവും മററതിൽ ജീവകം D അധികവും കാണുന്നു.

3. വെണ്ണ അതേ രൂപത്തിൽ, കൊഴുപ്പ്, പന്നിക്കൊഴുപ്പ്, സസ്യനെയ്യ് തുടങ്ങിയവയേക്കാൾ എപ്പോഴും നല്ലതാണ്.

4. പശുവിൻവെണ്ണക്കൊഴുപ്പിൽ ദഹനസാദ്ധ്യതയും ആഗിരണസാദ്ധ്യതയുമുള്ള ഭാഗങ്ങൾ എരുമവെണ്ണക്കൊഴുപ്പിലേതിനേക്കാൾ കൂടുതലുള്ളതുകൊണ്ടു കുട്ടികൾക്കും ദുർബലശരീരികൾക്കും താരതമ്യേന പശുവിൻവെണ്ണയാണു യോജിച്ചത്.

5. സാമ്പത്തികമായ വീക്ഷണത്തിൽ എരുമ, പശുവിനേക്കാൾ നല്ല ഒരു വെണ്ണയുത്പാദനയന്ത്രമാണ്

ഇവ രണ്ടിൽ പശുവിന്റെ വെണ്ണക്കൊഴുപ്പ് എരുമവെണ്ണക്കൊഴുപ്പിനേക്കാൾ, മനുഷ്യശരീരത്തിലെ കൊഴുപ്പിന്റെ ഘടനയോടു ഒരു തരത്തിൽ കൂടുതൽ അടുപ്പമുള്ളതാണ്.

51

മറേറതൊരുതരം പയറുംപോലെ, സോയാബീൻസും മുഴുവനോടെ പാകം ചെയ്തു ഭക്ഷിക്കാമെന്നു കണ്ടിട്ടുണ്ട്. വിനോബാ, ബാലകൃഷ്ണ,ശിവജി എന്നീ മൂന്നു് അനുഗൃഹീതരും, സൗമ്യരുമായ പുത്രന്മാരെ ദേശീയസേവനത്തിനായി നൽകിയ 61 വയസ്സു പ്രായമുള്ള ശ്രീ നരഹർ ഭാവെ സ്വയം സൂക്ഷ്മതയേറിയ ഒരു നിരീക്ഷകനാണ്. മിക്കവാറും പൂർണമായി പാലും 6 ഔൺസ് സോയാബീൻസും ഉപയോഗിച്ചു ജീവിക്കുന്ന അദ്ദേഹത്തിനു പൂർണമായ ആരോഗ്യവും ശക്തിയുമുണ്ട്. സോയാബീൻസ് മലബന്ധം മാററാൻ അദ്ദേഹത്തെ സഹായിക്കുന്നുവെന്നും അതു പാലിനു തനിച്ചോ പയർവർഗങ്ങളുടെയും സസ്യങ്ങളുടെയും കൂടെ ചേർത്തുപയോഗിക്കുമ്പോഴോ സാധ്യമല്ലെന്നും അദ്ദേഹം അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. മററു പയർവർഗങ്ങളും പാലും ഉണ്ടാക്കുന്ന വായുക്ഷോഭം ഇല്ലാതാക്കുന്നതിനും സോയാബീൻസ് സഹായകമായിരുന്നുവെന്നാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ അഭിപ്രായം. പത്തുമാസത്തിൽ കൂടുതൽ ഇടമുറിയാതെയുള്ള അനുഭവത്തിനുശേഷമാണ് അദ്ദേഹം ഈ നിഗമനത്തിൽ

51. Harijan 19–10–'35, (Diet and Diet Reform, p. 55)

എത്തിയതു്. രക്തവാതം, വായുക്ഷോഭം ചെറുതായ പ്രമേഹം തുടങ്ങിയവയാൽ അദ്ദേഹം കഷ്ടപ്പെട്ടിരുന്നുവെന്നുകൂടി ഞാൻ പറയട്ടെ. വെറും സൂക്ഷ്മതയേറിയ ആഹാരക്രമം കൊണ്ടുമാത്രം അദ്ദേഹം ഈ മൂന്നു് അസ്വാസ്ഥ്യങ്ങളെ ഉച്ചാടനം ചെയ്തു.

ശ്രീ ഭാവേയെ അനുകരിച്ചു മഗൻവാഡിയിലെ ആശ്രമവാസികൾ, ഞാൻ ഉൾപ്പെടെ, കഴിഞ്ഞ കുറെ ദിവസങ്ങളായി സോയാബീൻസ് പരീക്ഷിക്കയാണു്. ഞങ്ങൾക്കു സ്വയം എന്തെങ്കിലും അഭിപ്രായം പറയുന്നതിനു് അധികം സമയമായിട്ടില്ല. ഓരോ അംഗത്തിനും ഓരോ കരണ്ടി നിറയെ ഇതു് ഓരോ ദിവസവും ലഭിക്കുന്നു.

ഇങ്ങനെയാണു ബീൻസ് പാകം ചെയ്യുന്നതു്: മററു വസ്തുക്കളും അഴുക്കും ബീൻസിൽനിന്നു നീക്കിക്കളഞ്ഞു വൃത്തിയാക്കുക, തണുത്ത വെള്ളത്തിൽ കഴുകുക. 12 മണിക്കൂർ നേരത്തേക്കെങ്കിലും—8 മണിക്കൂറിൽ കുടരുതു്—കുതിർക്കുക. അധികമുള്ള വെള്ളം ഊററുക. ഈ ബീൻസ് തിളയ്ക്കുന്ന വെള്ളത്തിൽ ഇട്ടു നല്ലവണ്ണം 15 മിനിട്ടു നേരം വേവിക്കുക. ഉപ്പോ, സോഡായോ പാകം ചെയ്യുമ്പോൾ അതിൽ ചേർക്കരുതു്. ഉപ്പു പിന്നീടു വേണമെങ്കിൽ ചേർക്കാം, മഗൻവാഡിയിൽ ഞങ്ങൾ അതു രണ്ടു മണിക്കൂർ നേരത്തേക്കു് ആവി പിടിപ്പിക്കുന്നു.

നിർദ്ധനനായ ഒരാളിന്റെ വീക്ഷണംവച്ചുകൊണ്ടു ഭക്ഷണപരിഷ്കരണത്തിൽ ഏർപ്പെടാൻ താത്പര്യമുള്ളവർ ഈ പരീക്ഷണം നടത്തട്ടെ. സോയാബീൻസ് ഏററവും നല്ല പോഷകാംശമടങ്ങിയ ഒരാഹാരമാണെന്നു് ഓർത്തിരിക്കണം. കുറഞ്ഞ ശതമാനം കാർബോഹൈഡ്രേററുകളും, കൂടിയ ശതമാനം ലവണങ്ങളും, മാംസ്യവും കൊഴുപ്പും അടങ്ങിയിരിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് ഇതു് അറിയപ്പെട്ടിട്ടുള്ള എല്ലാ ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾക്കും ഉപരിയായി നിൽക്കുന്നു. ഇതിന്റെ ഊർജ്ജമൂല്യം 1പൗണ്ടിനു 2100 കലോറിയാണു്. അതേസമയം ഗോതമ്പിനു് 1750—ം, ഉഴുന്നിനു് 1530—ം കലോറിയാണുള്ളതു്. ഇതിൽ 40% മാംസ്യവും, 20.3% കൊഴുപ്പും ഉള്ളപ്പോൾ ഉഴുന്നിൽ ഇവ യഥാക്രമം 19%—ം 4.3 % —ം ആണുള്ളതു്. മുട്ടയിൽ ഇവ യഥാക്രമം 14.8—ം 10.5—ം ആണു്. അതുകൊണ്ടു സാധാരണയുള്ള മാംസ്യത്തിനും. കൊഴുപ്പുള്ള ആഹാരങ്ങൾക്കും പുറമെ ആരും സോയാബീൻസുപയോഗിക്കരുതു്. ഗോതമ്പിന്റെയും നെയ്യുടെയും അളവു കുറയ്ക്കണം. പരിപ്പു പൂർണമായും ഉപേക്ഷിക്കാം. കാരണം, സോയാബീൻസുതന്നെ വളരെ പോഷകമുള്ള ഒരു പരിപ്പാണു്.

52

മഗൻവാഡിയിൽ നടത്തിക്കൊണ്ടിരുന്ന പരീക്ഷണത്തിന്റെ ഫലങ്ങളെക്കുറിച്ച് ഒരു വാക്ക്:

ഇപ്പോഴും അനുമാനങ്ങളിലെത്താൻ കാലമായിട്ടില്ല. ആശ്രമവാസികളുടെ തൂക്കം സുസ്ഥിരമായിരിക്കുന്നുവെന്നു പറയാം. ചുരുക്കം ചിലരിൽ സ്ഥിരമായ ഒരു വർദ്ധനവ് ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്. ഒരാളുടെ കാര്യത്തിൽ 2 ആഴ്ചകൊണ്ട് ഏകദേശം 4½ പൗണ്ട് കൂടിയിട്ടുണ്ട്. ആദ്യത്തെ ആഴ്ചയുടെ അവസാനത്തിൽ നെയ്യ് ഉപേക്ഷിച്ചിരുന്നു. അതിന്റെ അഭാവം ഇതുവരെ തൂക്കത്തിൽ യാതൊരു പ്രതികരണവും ഉണ്ടാക്കിയിട്ടില്ല. അതിനുപകരം 1 ഔൺസ് എണ്ണ നൽകിവരുന്നുണ്ട്. ഈ ആഴ്ച ബീൻസിന്റെ നിർദിഷ്ട വിഹിതം ആളൊന്നുക്ക് 2 ഔൺസിൽനിന്നും 3 ഔൺസായി ഉയർത്തിയിരിക്കയാണ്. രാവിലെയും വൈകുന്നേരവും ബീൻസ് വിളമ്പുന്നു. കുറച്ചു മണിക്കൂറുകൾ അവ വെള്ളത്തിൽ കുതിർത്തിട്ട് നന്നായി പാകം ചെയ്യുന്നു. അവ പുഴുങ്ങാൻ ഉപയോഗിച്ച വെള്ളം അരിച്ചുമാററിയശേഷം പുളിയും ഉപ്പും ചേക്കുന്നു. ഇതു വളരെ പ്രചാരമുള്ള ഒരു സൂപ്പാണ്. ഊററിക്കളഞ്ഞശേഷം ബീൻസിൽ ലിൻസീഡ് എണ്ണയും ഉപ്പും ചേർത്ത് അതു സ്വാദുള്ള ഒരു ഭക്ഷ്യസാധനമാക്കിത്തീർക്കുന്നു. രാവിലെ ബീൻസ് ചപ്പാത്തിയുടേയോ അപ്പത്തിന്റെയോ കൂടെ വിളമ്പുന്നു. രാത്രിയിൽ ചോറിന്റെ കൂടെയും ബീൻസ് നല്ലവണ്ണം ചവക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. യാതൊരു ദോഷഫലവും ഇതുവരെ അറിവായിട്ടില്ല.

53

വേപ്പിലയിലും പുളിയിലും ഞാൻ വിപുലമായ പരീക്ഷണങ്ങൾ നടത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നതു വായനക്കാർ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതാണ്. വേപ്പില ശുദ്ധമാക്കാതെ പലരും ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്. അതിനെ സ്വാദുള്ളതാക്കിത്തീർക്കുകയായിരുന്നു എന്റെ ബുദ്ധിമുട്ട്. വേണ്ടത്ര പുളിയും ഉപ്പുമോ, നാരങ്ങയും ഉപ്പുമോ ചേർത്തു ചമ്മന്തിയാക്കി കഴിക്കുന്നതിനു ഒരു തടസ്സവുമില്ല. ചിലർ രണ്ടോ മൂന്നോ തോലാ മുഴുവൻ ഇലകൾ സ്വാദോടുകൂടി കഴിക്കും. ഇലകൾ കഴിക്കുന്നതുകൊണ്ട് എന്തു ഫലമാണുണ്ടാകുന്നതെന്നു തീർച്ചയായി പറയാൻ എനിക്കു സാധിക്കയില്ല. ആയുർവേദത്തിൽ ഇവസ്തു നൽകിയിരിക്കുന്ന വലിയ സ്ഥാനവും ശ്രീ ഭൻസാലിയിൽ അവസ്ഥണ്ടായിരുന്ന വ്യക്തമായ നല്ല ഫലവും മൂലം ഞാൻ സന്നദ്ധസ്വ

52. Harijan, 9–11–'35 (Diet and Diet Reform, p. 57)
53. Harijan, 16–11–'35 (Diet and Diet Reform p. 62)

കരെ ഇതു് ഉപയോഗിക്കുന്നതിന്ന പ്രേരിപ്പിച്ചു. ആധുനിക ആഹാരക്രമവിദഗ്ദ്ധർ വളരെ പ്രാധാന്യം കല്പിച്ചിരിക്കുന്ന പച്ചിലഭക്ഷണം വിശേഷിച്ചു ചെലവൊന്നും കൂടാതെ സാധിക്കാൻ ഈ ഇലകളുടെ സാധാരണ ഉപയോഗം സാധുക്കളെ സഹായിക്കും. ഇവയുടെ ഉപയോഗം യാതൊരു ദൂഷ്യഫലവും ഉണ്ടാക്കിയിട്ടില്ലെന്ന പൂർണ്ണവിശ്വാസത്തോടെ പ്രഖ്യാപിക്കാം.

പുളിയുടെ നല്ല ഗുണങ്ങളെക്കുറിച്ചും തുല്യമായ വിശ്വാസത്തോടെ എനിക്കു് എഴുതാം. ആഹാരത്തിന്റെ കൂടെ ഒരു ഔൺസു പുളി കൂടി കഴിക്കുന്നതു പലരുടെ കാര്യത്തിലും സുഖമായി വയർ ഒഴിയുന്നതിന്ന സഹായകമായി ഭവിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അതു പച്ചക്കറികളിലോ, ചോറിലോ പരിപ്പിലോ ചേർക്കാം. വേണ്ടത്ര അളവു ശക്കര ചേർക്കുമ്പോൾ ജാം പോലെ ഇതുപയോഗിക്കാം. പനി കുറയ്ക്കുന്നതിന്ന ഇതു പുളിവെള്ളമായി ഞാൻ ഉപയോഗിച്ചിട്ടുണ്ടു്. ഫലവത്തായിട്ടുമുണ്ടു്. പലരും വിശ്വസിക്കുന്നതുപോലെ ജലദോഷമോ, വാതമോ, പനുക്കളോ അതുണ്ടാക്കുന്നതായി ഒരിക്കലും ഞാൻ കണ്ടിട്ടില്ല. ഒരുതരത്തിൽ അല്ലെങ്കിൽ വേറൊരു തരത്തിൽ പുളി ഉപയോഗിക്കാത്ത ഒരു പുരുഷനോ സ്ത്രീയോ ദക്ഷിണേന്ത്യയിലുണ്ടായിരിക്കയില്ല. പ്രസിദ്ധമായ രസത്തിന്റെ മൂലഘടകമിതാണു്.

നഗരങ്ങളിലുള്ളവർ ഉപയോഗിക്കുന്ന വില കൂടിയതെങ്കിലും ഉപയോഗപ്രദമായതും ഗ്രാമങ്ങളിൽ വെറുതെയോ വിലയ്ക്കോ ലഭിക്കാത്തതുമായ സാധനങ്ങൾക്കുപകരം വിലകുറഞ്ഞതും ഗുണമുള്ളതും അപകടകരമല്ലാത്തതുമായ സാധനങ്ങൾ ഗ്രാമീണപ്രവർത്തകർ കണ്ടുപിടിക്കേണ്ടതാണു്, പുളിയും വേപ്പിലയും അത്തരം പദാർത്ഥങ്ങളാണു്.

54

മാങ്ങയണ്ടിപ്പരിപ്പു ധാന്യങ്ങൾക്കും കന്നുകാലി ആഹാരത്തിന്നും പകരമായ ഒരു നല്ല പദാർത്ഥമാണെന്ന കാണിക്കുന്ന ഒരു ഭാഗം 'കറൻറ് സയൻസി' ൽ നിന്നു് എന്റെ ഒരു സ്നേഹിതൻ എനിക്കയച്ചുതന്നിട്ടുണ്ടു്.

'അടുത്ത കാലത്തെ കണക്കെടുപ്പനുസരിച്ചു് ഇന്ത്യയിൽ ലഭിക്കുന്ന പിണ്ണാക്കുകളിൽ 29.1 ശതമാനവും പുല്ലു് വയ്ക്കോൽ തുടങ്ങിയവയിൽ 78.5 ശതമാനവും പൂർണവളർച്ചയായ കന്നുകാലികൾക്കു മാത്രമേ മതിയാകയുള്ളു. ആടുകൾ, കുതിരകൾ തുടങ്ങിയവയുടെ ആവശ്യം ഇതിൽ കണക്കാക്കിയിട്ടില്ല. ക്ഷാമകാലത്തു് ഈ കുറവു

4. Delhi 21–5–'46, Harijan 26–5–'46. (Diet and Diet Reform, p.30)

കുറെക്കൂടി വർദ്ധിക്കുന്നുണ്ട്. ഈ കുറവു പരിഹരിക്കുന്നതിനു് ഇസാത്നഗറിലെ ഭക്ഷണഗവേഷണശാലയിൽ ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ ലഭിക്കാനുള്ള പുതിയ വഴി പരിശോധിക്കുകയാണു്. മാങ്ങയണ്ടിപ്പരിപ്പു് ഒരു കന്നുകാലിഭക്ഷണവും മനുഷ്യാഹാരവും ആയി ഉപയോഗിക്കുന്നതിനെ സംബന്ധിച്ചാണു ഈ അന്വേഷണം. ഇപ്പോൾ ആ പദാർത്ഥം ഉപയോഗശൂന്യമായ ഒരു വസ്തു എന്ന നിലയിൽ എറിഞ്ഞുകളയുകയാണു്. രാസവിശകലനംമൂലം പരിപ്പിൽ ധാരാളം കാർബോ ഹൈഡ്രേറ്റുകളും, കൊഴുപ്പും അടങ്ങിയിട്ടുണ്ടെന്നു കണ്ടു. ഉണങ്ങിയ പരിപ്പിൽ മാംസ്യം 8.5 ശതമാനം, മറ്റു സാധനങ്ങൾ 8.5 ശതമാനം, അലിയുന്ന കാർബോ ഹൈഡ്രേറ്റുകൾ 74.49 ശതമാനം എന്നിവ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു.

നിരീക്ഷണങ്ങൾ മാങ്ങയണ്ടിപ്പരിപ്പിനു ഭക്ഷണസാധനങ്ങളുടെ കൂട്ടത്തിൽ സ്ഥാനം നൽകിയിരിക്കുന്നു; ഓരോ വർഷവും ഏകദേശം 700 കോടി പൗണ്ടു ദഹിക്കുന്ന മാംസ്യവും, 7800 കോടി പൗണ്ടു് അന്നജതുല്യമായ പദാർത്ഥവും ഇതുവരെ ഉപയോഗിക്കാതെ കിടന്ന ഈ ഉറവിടത്തിൽനിന്നു ലഭ്യമാക്കുന്നതിനു സഹായിക്കുകയും ചെയ്തിരിക്കുന്നു. 80 പൗണ്ടു് ഓട്സിൽനിന്നും ലഭിക്കുന്നിടത്തോളം മാംസ്യം 100 പൗണ്ടു് മാങ്ങയണ്ടിപ്പരിപ്പിൽനിന്നും ലഭിക്കുന്നുവെന്നും, 80 പൗണ്ടിൽനിന്നുള്ള അന്നജത്തിനു സമമായി ഇതിൽനിന്നു് അന്നജം ലഭിക്കുന്നുവെന്നും കണക്കാക്കിയിട്ടുണ്ടു്.

എന്റെ ചെറുപ്പത്തിൽത്തന്നെ ഞാൻ ഇവയുടെ ഉപയോഗം അറിഞ്ഞിട്ടുണ്ടു്. എന്നാൽ ആരും ഈ അണ്ടി ആഹാരത്തിനായി സൂക്ഷിക്കുന്നതിനെപ്പററി ചിന്തിച്ചിട്ടുള്ളതുപോലെ തോന്നുന്നില്ല. മാങ്ങയുടെ കാലം ആയിക്കഴിഞ്ഞു. ധാരാളം കാലം നഷ്ടപ്പെട്ടുവെങ്കിലും ഓരോ അണ്ടിയും സൂക്ഷിച്ചു് അതിന്റെ പരിപ്പു പാകംചെയ്തു് ധാന്യങ്ങളുടെ സ്ഥാനത്തു തിന്നുകയോ, ആവശ്യമുള്ളവർക്കു കൊടുക്കുകയോ ചെയ്താൽ അതൊരു നല്ലകാര്യമായിരിക്കും. സൂക്ഷിക്കുന്ന ഓരോ ഔൺസു് ആഹാരവും അത്രത്തോളം സമ്പത്താണു്.

അദ്ധ്യായം രണ്ടു്

വ്യായാമം

1

ക്രിക്കററോ ഫുട്ട്ബോളോ നിർബന്ധിതമാക്കുന്നതിനുമുമ്പു ഞാനൊരിക്കലും ഒരു വ്യായാമത്തിലും പങ്കെടുത്തിരുന്നില്ല. ഇന്നു

1. An Autobiography, part I, ch. 5(1927)

തെററായിരുന്നെന്നു തോന്നുന്ന ഈ ഒഴിഞ്ഞുമാററത്തിൻെറ കാരണ ങ്ങളിൽ ഒന്നു് എൻെറ ലജ്ജാസ്വഭാവമായിരുന്നു. വിദ്യാഭ്യാസ വുമായി കായികാഭ്യാസത്തിനു യാതൊരു ബന്ധവുമില്ലെന്ന തെററാ യ ചിന്ത അന്നെനിക്കുണ്ടായിരുന്നു, എന്നാൽ മാനസികപരിശീല നത്തിനെന്നപോലെ കായികപരിശീലനത്തിനും പഠനപദ്ധതി യിൽ ഒരു സ്ഥാനമുണ്ടായിരിക്കണമെന്നു് ഇന്നെനിക്കറിയാം.

എന്തായാലും വ്യായാമത്തിൽനിന്നു് ഒഴിഞ്ഞുമാറിനിന്നിരു ന്നെങ്കിലും എനിക്കതു ഹാനികരമായിരുന്നില്ലെന്നു പറയേണ്ടിയി രിക്കുന്നു. കാരണം, തുറസ്സായ സ്ഥലങ്ങളിലൂടെ അതിദൂരം നടക്കു ന്നതിൻെറ ഗുണങ്ങളെക്കുറിച്ചു ഞാൻ പുസ്തകങ്ങളിൽവായിച്ചിരുന്നു. ഈ ഉപദേശം എനിക്കിഷ്ടപ്പെട്ടതിനാൽ വളരെദൂരം നടക്കുന്ന സ്വ ഭാവം ഞാൻ വളർത്തിയെടുത്തു. ഇന്നും ആ ശീലം എനിക്കുണ്ടു്. ഈ നടപ്പു് എനിക്കു സാമാന്യം ദൃഢമായ ഒരു ശരീരഘടന നൽകി.

2

മേലാൽ ഒരു കുടുംബത്തിൽ താമസിക്കുന്നതിനു പകരം സ്വന്ത മായി മുറികൾ എടുക്കുവാനും എനിക്കു ചെയ്യാനുണ്ടായിരുന്ന ജോ ലിക്കനുസരണമായി ഒരു സ്ഥലത്തുനിന്നു മറെറാരു സ്ഥലത്തേക്കു നീങ്ങുന്നതിനും അങ്ങനെ അതോടൊപ്പം പരിചയം സമ്പാദിക്കുന്ന തിനും ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു. അരമണിക്കൂറിനകം കാൽനടയായി ജോലിസ്ഥലത്തെത്തി, അങ്ങനെ യാത്രക്കൂലി ലാഭിക്കാൻ സാധ്യ മാകത്തക്കവണ്ണമാണു മുറികൾ തിരഞ്ഞെടുത്തതു്. ഇതിനുമമ്പു ഞാൻ എവിടെയെങ്കിലും പോകുമ്പോൾ ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള വാഹനങ്ങൾ എപ്പോഴും ഉപയോഗിക്കുകയും നടപ്പിനായി വേറെ സമയം കണ്ടുപിടിക്കേണ്ടിവരികയും ചെയ്തിരുന്നു. കൂലി ലാഭവും ദിവസവും എട്ടോ പത്തോ മൈൽ നടപ്പും സാധ്യമായതുകൊണ്ടു് ഈ പുതിയ ക്രമത്തിൽ വ്യായാമവും മിതവ്യയവും ഒത്തുചേർന്നിരു ന്നു. ഈ നീണ്ട നടപ്പുശീലമാണു്, പ്രധാനമായും ഇംഗ്ളണ്ടിലെ എൻെറ താമസക്കാലംമുഴവനും സുഖക്കേടുകളിൽനിന്നു് എന്നെ ഏ റെക്കുറെ വിമുക്തനാക്കിയിരുന്നതു്. അതെനിക്കു സാമാന്യം ശക്തിയേറിയ ഒരു ശരീരവും നൽകി.

3

ബോംബ്ക്കാരൻെറ റൊട്ടി വാങ്ങിക്കുന്നതിനുപകരം കൂനിയുടെ പാചകവിധിയനുസരിച്ചു വീട്ടിൽത്തന്നെ പുളിപ്പില്ലാത്ത മുഴവൻ മാവുകൊണ്ടുള്ള റൊട്ടി ഉണ്ടാക്കുവാൻ ആരംഭിച്ചു. അതുകൊണ്ടു് 7 പവൻ കൊടുത്തു കൈകൊണ്ടു പ്രവർത്തിപ്പിക്കാവുന്ന ഒരു ഹാൻഡ്

---

2. An Autobiography, part I, ch. 16 (1927)
3. An Autobiography, part 4, ch. 23 (1927)

മിൽ (മാവു പൊടിക്കുന്നതിനുള്ള യന്ത്രം) വാങ്ങിച്ചു. പോളക്കും ഞാനും കുട്ടികളും സാധാരണ അതിൽ പൊടിച്ചിരുന്നു. കുട്ടികളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഈ പൊടിക്കൽ ഒരു പ്രയോജനപ്രദമായ വ്യായാമമായിരുന്നു. ഇതോ വേറെ ഏതെങ്കിലും ഒരു ജോലിയോ അവരിൽ ഒരിക്കലും ബലമായി ചുമത്തിയിരുന്നില്ല. എന്നാൽ ഇങ്ങോട്ടു വന്നു സഹായിക്കുന്നതു് അവർക്കു് ഒരു നേരമ്പോക്കായിരുന്നു. ക്ഷീണം തോന്നുമ്പോൾ പോകാൻ അവർക്കു സ്വാതന്ത്ര്യമുണ്ടായിരുന്നു. പക്ഷേ, കുട്ടികൾ പൊതുവേ ഒരിക്കലും എന്നെ നിരാശപ്പെടുത്തിയിരുന്നില്ല. അലസന്മാരായവർ ഒട്ടുംതന്നെ ഇല്ലായിരുന്നുവെന്നല്ല, മിക്കവാറും എല്ലാവരും തങ്ങളുടെ ജോലി വേണ്ടത്ര സന്തോഷത്തോടുകൂടി ചെയ്തിരുന്നു എന്നർത്ഥം. അക്കാലത്തു ജോലി ചെയ്യുന്നതിൽ നാണം തോന്നിച്ചിരുന്നതോ, ക്ഷീണം ഭാവിച്ചിരുന്നതോ ആയ കുറച്ചു ചെറുപ്പക്കാരെ മാത്രമേ എനിക്കു് ഓർമിക്കാൻ കഴിയുന്നുള്ളു.

4

ശരീരം പുഷ്ടിപ്പെടുത്തുന്നതിനു ഞാൻ പ്രാധാന്യം നൽകിയിരുന്നില്ല. ഇതു തങ്ങളുടെ ദിനചര്യയിൽനിന്നു കുട്ടികൾക്കു ലഭിച്ചിരുന്നു. എങ്ങനെയെന്നാൽ ഫാമിൽ ജോലിക്കാരാരുമില്ലായിരുന്നു. പാകം ചെയ്യുന്നതുമുതൽ ശുചിയാക്കൽവരെയുള്ള എല്ലാ ജോലികളും ആശ്രമവാസികൾതന്നെ നിർവഹിച്ചിരുന്നു. അനേകം ഫലവൃക്ഷങ്ങൾ സംരക്ഷിക്കേണ്ടതായുണ്ടായിരുന്നു. അതുപോലെ വേണ്ടത്ര തോട്ടനിർമാണവും നടത്തേണ്ടതുണ്ടായിരുന്നു. അടുക്കളയിൽ ചുമതലയില്ലാത്തവർ ചെറുപ്പക്കാരും പ്രായംചെന്നവരുമെല്ലാം കുറച്ചുസമയം തോട്ടപ്പണിക്കായി ചെലവഴിക്കണമെന്നു നിർബന്ധമായിരുന്നു. കുഴികൾ വെട്ടുക, തടി മുറിക്കുക, ഭാരം ചുമക്കുക തുടങ്ങി വേലയുടെ സിംഹഭാവവും കുട്ടികൾക്കായിരുന്നു. ഇതു അവർക്കു വേണ്ടത്ര വ്യായാമം നൽകി. അവർ ജോലിയിൽ സന്തുഷ്ടരായിരുന്നു. അതുകൊണ്ടു പൊതുവേ മറ്റെന്തെങ്കിലും വ്യായാമമോ, കായികാഭ്യാസമോ അവർക്കു ആവശ്യമില്ലായിരുന്നു. അവരിൽ ചിലർ, ചിലപ്പോൾ അവരെല്ലാംതന്നെ, രോഗം നടിക്കയും ഉപേക്ഷകാണിക്കയും ചെയ്തിരുന്നു. ചിലപ്പോൾ ഞാനവരുടെ വികൃതിക്കു നേരെ കണ്ണടച്ചിരുന്നു. എന്നാൽ മിക്കപ്പോഴും ഞാൻ അവരോടു വളരെ കർശനമായി പെരുമാറിയിരുന്നു. അവർക്കു എന്റെ കർശനനടപടി രസിച്ചിരുന്നില്ലെന്നു പറയാൻ എനിക്കു കഴിയും. എന്നാൽ അവർ അതിനെ എതിർത്തതായി ഞാൻ ഓർക്കുന്നില്ല. ഒരാൾ തന്റെ ജോലികൊണ്ടു കളിക്കുന്നതു ശരിയല്ലെന്നു ഞാൻ കർശനമായി പെരുമാറുമ്പോഴൊക്കെ അവരെ പറഞ്ഞു

4. An Autobiography, part 4, ch. 32(1927)

വിശ്വസിപ്പിച്ചിരുന്നു. എന്നുവരികിലും ഈ വിശ്വാസം അൽപ്പസമയത്തേക്കേ നിൽക്കയുള്ളൂ. അടുത്തനിമിഷം അവർ വീണ്ടും തങ്ങളുടെ ജോലി ഉപേക്ഷിച്ചു കളിക്കാൻ പോകും. ഇതൊക്കെയാണെങ്കിലും ഞങ്ങൾ യോജിച്ചുപോവുകയും അവർക്കു നല്ല ശരീരദാർഢ്യം ഉണ്ടാകയും ചെയ്തു. ശുദ്ധവായു, ശുദ്ധജലം, കൃത്യസമയത്തെ ആഹാരം എന്നിവയ്ക്കു് ഇതിലുള്ള ഉത്തരവാദിത്വം ഒട്ടും കുറവായിരുന്നില്ലെന്നു പറയേണ്ടതായിട്ടുണ്ടു്. അവിടെ ഫാമിൽ എന്തെങ്കിലും രോഗം അപൂർവവുമായിരുന്നു.

5

ക്രമമായ ജോലിയുടെ ഫലം ക്രമമായി ആഹാരം കഴിക്കുന്നതിനു തുല്യമാണു്. അതു് ആത്മാവിനെ പോഷിപ്പിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഒരു സമയത്തു വളരെഅധികം ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതു ഒരാളുടെ ആരോഗ്യത്തെ നശിപ്പിച്ചതുപോലെ അമിതമായ പ്രവൃത്തി ഒരുവന്റെ ചൈതന്യം ക്ഷയിപ്പിക്കുന്നു.

6

കായികാദ്ധ്വാനം ചെയ്യാത്ത ഒരാൾക്കു ഭക്ഷിക്കാനെങ്ങനെ അവകാശമുണ്ടാവും? 'നിന്റെ നെററിയിലെ വിയർപ്പിനാൽ നിന്റെ അപ്പം തിന്നണം' എന്നു ബൈബിൾ പറയുന്നു. ദിവസം മുഴുവൻ തന്റെ കിടക്കയിൽ കിടന്നുരുളുകയും ആഹാരം എടുത്തു കഴിക്കുന്നതിനുപോലും പരസഹായം വേണ്ടിവരികയും ചെയ്താൽ ഒരു കോടീശ്വരനു ജീവിതം അധികനാൾ തുടർന്നുകൊണ്ടുപോകാൻ സാധ്യമല്ലാതെവരും; തന്റെ ജീവിതത്തോടുതന്നെ വേഗം മടുപ്പുതോന്നും. അതുകൊണ്ടു വ്യായാമംകൊണ്ടു് അയാൾ വിശപ്പുണ്ടാക്കുകയും കഴിക്കുന്ന ആഹാരം തനിയെ എടുത്തു തിന്നുകയും ചെയ്യുന്നു. ധനികരോ നിർദ്ധനരോ ആവട്ടെ, ഓരോരുത്തർക്കും അങ്ങനെ ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള വ്യായാമം ആവശ്യമാണെങ്കിൽ അതു് എന്തുകൊണ്ടു് ഉത്പാദകസ്വഭാവമുള്ള ഒരു വ്യായാമം, അതായതു് ആഹാരസമ്പാദനത്തിനായുള്ള ജോലി ആയിക്കൂടാ? ഒരുത്തനും ഒരു കർഷകനോടു് ശ്വാസോച്ഛ്വാസവ്യായാമം എടുക്കുന്നതിനോ മാംസപേശികൾക്കു ജോലി നൽകുന്നതിനോ ആവശ്യപ്പെടുകയില്ല. പത്തിൽ ഒൻപതു ഭാഗത്തിൽക്കൂടുതൽ ആളുകളും നിലം ഉഴുതു ജീവിക്കുന്നവരാണു്. ശേഷിച്ച പത്തിലൊന്നു ഭാഗവും വൻപിച്ച ഭൂരിപക്ഷത്തിന്റെ പ്രവൃത്തിയെ പിൻതുടർന്നു് അവരവരുടെ ആഹാരത്തിനു മതിയാവോളം ജോലിചെയ്യുന്നപക്ഷം ഈ ലോകം എത്രമാത്രം കൂടുതൽ സന്തോഷകരവും ആരോഗ്യപൂർണവും സമാധാനസമ്പന്നവും ആകുമായിരുന്നു!

---

5. ഷോലാപ്പൂർ, 21–2–'27 (Bapu's Letters to Ashram Sisters, part I. p. 18)
6. From Yaravda Mandir, p. 35 (1930)

അദ്ധ്യായം മൂന്ന്

ശുചീകരണം

എ. പൗരബോധവും ശുചീകരണവും

1

നമ്മുടെ കരയിലുള്ള സഹോദരന്മാർ താമസിക്കുന്ന സ്ഥലങ്ങൾ ശുചിയാക്കുന്നതുകൊണ്ടുമാത്രം മതിയാകയില്ല. അവർ യുക്തിക്കും പ്രേരണയ്ക്കും വഴങ്ങുന്നവരാണ്. യുക്തിക്കും പ്രേരണയ്ക്കും ഒരു പട്ടണജീവിതം നയിക്കുന്നതിന് അത്യന്താപേക്ഷിതമായ ശുചിത്വനിയമങ്ങൾക്കും ഉയർന്ന ജാതിക്കാർ എന്നു വിളിക്കപ്പെടുന്നവർ അതുപോലെ വഴങ്ങുകയില്ലെന്നു നമുക്കു പറയേണ്ടിവരുമോ? അപകടശങ്കകൂടാതെ ഒരു ഗ്രാമത്തിൽവച്ചു നാം പല കാര്യങ്ങളും ചെയ്യേക്കും. എന്നാൽ ശ്വാസിക്കാൻപോലും വായു തികയാത്ത ജനബഹുലമായ തെരുവുകളിലേക്കു നാം പെട്ടെന്നു സ്വയം മാററപ്പെടുമ്പോൾ ജീവിതത്തിനുതന്നെ മാററം സംഭവിക്കുകയും പെട്ടെന്നു നടപ്പിൽ വരുന്ന വേറൊരുകൂട്ടം നിയമങ്ങൾ നമുക്ക് അനുസരിക്കേണ്ടതായി വരുകയും ചെയ്യുന്നു. നാം അതു ചെയ്യുന്നുണ്ടോ? ഇന്ത്യയിലെ എല്ലാ പട്ടണങ്ങളുടെയും പ്രധാനഭാഗങ്ങളിൽ നാം കാണുന്ന സ്ഥിതിക്കുള്ള ഉത്തരവാദിത്വമെല്ലാം മുൻസിപ്പാലിററിയുടെ പുറത്തുവച്ചു കെട്ടുന്നതിൽ യാതൊരു പ്രയോജനവുമില്ല. തലമുറ തലമുറയായി ഒരുവിഭാഗം ആളുകളുടെയിടയിൽ നിലനിന്നുപോന്ന സ്വഭാവങ്ങൾ മാററാൻ ലോകത്തുള്ള ഒരു മുൻസിപ്പാലിററിക്കും സാധിക്കയില്ല. അതുകൊണ്ടു ഇത്തരം വലിയ പട്ടണങ്ങളിൽ അതു ശുചിത്വപരിഷ്കരണത്തെ സംബന്ധിച്ച ഒരു പ്രശ്നമാണെന്നു ഞാൻ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. ഇത്തരം സന്നദ്ധസേവനത്തിൻെറ സഹായമില്ലാതെ നമ്മുടെ മുൻസിപ്പാലിററികൾ ഇതു ചെയ്യുമെന്നു നാം പ്രതീക്ഷിക്കുന്നെങ്കിൽ അതു നിരാശാജനകമായ ഒരുദ്യമമായിരിക്കും. മുൻസിപ്പാലിററികളെ അവയുടെ ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളിൽനിന്നു മാററിനിർത്തുകയെന്ന ഉദ്ദേശ്യം എനിക്കശേഷമില്ല.[1]

2

തോട്ടികൾ സാധാരണ ചെയ്യുന്ന ഒരു പ്രവർത്തനസമ്പ്രദായം ഒരു സവർണഹിന്ദുവും സ്വീകരിക്കുകയില്ല, അയാൾ ശാസ്ത്രീയമായി പ്രവർത്തിക്കും. ഉദാഹരണമായി വിസർജിതവസ്തു ഒരിക്കലും

1. Speeches and Writings of Mahatma Gandhi, pp. 375—376 (India of My Dreams, p. 166)
2. Harijan, 10-5-'42 (Removal of Untouchability, p. 267)

അയാറം കട്ടയിലേക്ക മാററുകയോ അതു തലയിൽ ചുമക്കുകയോ ചെയ്യുകയില്ല. അയാറം അതു ഉണങ്ങിയ മണ്ണിട്ട മൂടുകയും ഒരു ലോഹപ്പാത്രത്തിലേക്ക മാററുകയും ചെയ്യും. കഴിയുന്നിടത്തോളം തൻെറ കൈകൊണ്ടു് അഴുക്ക തൊടുന്നതു് അയാറം ഒഴിവാക്കും. വെള്ളവും ഒരു കമ്പുംകൊണ്ടു് അയാറം പാത്രങ്ങറം ശുചിയാക്കും. ജോലി കഴിഞ്ഞാലുടൻ അയാറം കുളിക്കും. ശുചീകരണത്തിലേർപ്പെടുമ്പോറം അയാറം പ്രത്യേകവസ്ത്രങ്ങറം ധരിക്കും. ഈ പരിഷ്കരണങ്ങറംക്ക വലിയ ചെലവൊന്നമില്ല. ബുദ്ധിയും കഠിനാദ്ധ്വാനവും ഒരു ആദർശത്തോടുള്ള പ്രതിപത്തിയുമാണിതിനു് ആവശ്യം. ശുചീകരണപ്രവർത്തനം ഒരു പ്രത്യേകവിഭാഗത്തിനുള്ളതായി നാം ഒരിക്കലും വിട്ടുകൊടുക്കരുതു്. അതുകൊണ്ടു പാചകംപോലെ എല്ലാവരും അതു പഠിച്ചിരിക്കണം. ഓരോരുത്തനും അവനവൻെറ തോട്ടിയായിരിക്കണം.

3

ഹരിജനങ്ങറം ഉച്ഛിഷ്ടങ്ങറം സ്വീകരിക്കാൻ മടിക്കുന്നില്ലെന്നു മാത്രമല്ല അതിനുവേണ്ടി കാത്തിരിക്കുയും ചെയ്യുന്നു. അത്രമാത്രം അതിനോടു് അവർ പരിചയിച്ചുകഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. അതു ലഭിച്ചില്ലെങ്കിൽ അതൊരു സ്പഷ്ടമായ അവകാശനിരോധനമായി അവർ കരുതുന്നു. എന്നാൽ ഈ ദുഃഖസത്യം ഹരിജനങ്ങളുടെയും സവർണഹിന്ദുക്കളുടെയും അധഃപതനത്തെയാണു കാണിക്കുന്നതു്. തങ്ങളുടെ പാത്രങ്ങളിൽ എന്തെങ്കിലും ഉച്ഛിഷ്ടം ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതു അന്തസ്സില്ലായ്മയും പാവപ്പെട്ടവരോടുള്ള അവഗണനയുടെ സൂചനയുമാണെന്നു ഞാൻ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. സുഖകരമായി തനിക്കു കഴിക്കാവുന്നതിൽ കൂടുതൽ തൻെറ പാത്രത്തിൽ എടുക്കുന്നതിനു് ഒരുത്തനും പ്രത്യേകിച്ചു ഒരു വിദ്യാർത്ഥിക്കു് അവകാശമില്ല...

അവർ അതു ചെയ്തതിനുശേഷം ഹരിജനങ്ങളെ സ്വന്തം രക്തബന്ധത്തിൽപ്പെട്ടവരായി കണക്കാക്കുകയും മററുള്ള ആളുകളുടെ പാത്രങ്ങളിലെ ഉച്ഛിഷ്ടം തിന്നുകയെന്ന വൃത്തിഹീനമായ സ്വഭാവം ഉപേക്ഷിക്കേണ്ടതും മററു പരിഷ്കരണങ്ങറം അവരുടെ ജീവിതത്തിൽ ഉണ്ടാക്കേണ്ടതും എന്തുകൊണ്ടാണെന്നു പറയുകയും ചെയ്യുമെന്നു ഞാൻ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു.

4

ശുചിത്വം ദൈവികത്വത്തിനടുത്തതാണു്. ശുദ്ധിയില്ലാത്ത മനസ്സോടുകൂടി നമുക്കു് ഈശ്വരാനുഗ്രഹം ലഭ്യമല്ലാത്തതുപോലെതന്നെയാണു ശുചിത്വമില്ലാത്ത ശരീരത്തോടുകൂടിയും ഈശ്വരാനുഗ്ര

3. Harijan, 1–4–'33 (To the Students, p. 196)
4. Young India, 19–11–'25 (India of my Dreams, p.166)

ന്നം അലഭ്യമായിരിക്കുന്നതു്. ഒരു ശുദ്ധമായ ശരീരത്തിനു ശുചിത്വമില്ലാത്തൊരു പട്ടണത്തിൽ താമസിക്കാൻ സാധ്യമല്ല.

ബി. ഒരു പ്രതിരോധചികിൽസ

5

ഒരു മുന്നറിയിപ്പോടുകൂടി ഞാൻ ആരംഭിക്കട്ടെ. ചെറിയ ഒരു വൈദ്യസഹായം അവർക്കു (മലമ്പനിരോഗികൾക്കു്) നൽകുന്നതു കൊണ്ടു വാസ്തവത്തിൽ നിങ്ങൾ അവരെ സഹായിക്കുകയല്ല ചെയ്യുന്നതു്. നിങ്ങൾ അവരെ ശുചീകരണവും, ശുചിത്വവും പഠിപ്പിക്കണം. അതുമാത്രമേ മലമ്പനിയെ തടയുകയുള്ളു. കൊയിനാ മലമ്പനിയെ ശമിപ്പിക്കുമെന്നു കാണുന്നു. പക്ഷേ അതു് അതിനെ ഉന്മൂലനാശം ചെയ്യുകയില്ല. അവശ്യം വേണ്ടതു പ്രതിരോധചികിത്സയും രോഗവിമോചിതരുടെ സംരക്ഷണവുമാണു്. അശുദ്ധമായ ഭക്ഷണക്രമം പലപ്പോഴും മലമ്പനിയുടെ അണുക്കൾക്കു വളരുന്നതിനുള്ള സാഹചര്യം ഒരുക്കുന്നു. അവർ എന്തും, ഏതും തിന്നുന്നു. എന്നാൽ ഒരു മലമ്പനിരോഗി സുഖം പ്രാപിച്ചുവരുന്ന സമയത്തു് അന്നജവും കൂടുതൽ മാംസ്യവും ഉപയോഗിക്കരുതു്. പ്രധാനമായും പാൽ ഉപയോഗിക്കയും വേണം. ഇതാണു നാം അവരോടു പറയേണ്ടിയതു്. സുഖക്കേടിനെ എങ്ങനെ തടയാം എന്നു് അവരെ പഠിപ്പിക്കണം. ഒരു ആയിരം കൊയിനാഗുളികകൾ നിങ്ങൾ വിതരണം ചെയ്തുവെന്നു് എന്നോടു പറഞ്ഞാൽ ഞാൻ നിങ്ങളെ അഭിനന്ദിക്കയില്ല. നിങ്ങൾക്കു കഴിയുമെങ്കിൽ ശുചീകരണത്തെക്കുറിച്ചുള്ള പ്രായോഗികപാഠങ്ങൾ അവർക്കു പറഞ്ഞുകൊടുക്കുക. മൺവെട്ടിയും, കോരികയുംകൊണ്ടു് അവിടെ പോയി, കെട്ടിക്കിടക്കുന്ന കുളങ്ങൾ നികത്തുകയും, അവരുടെ അഴുക്കുചാലുകളിൽ ഒഴുക്കുണ്ടോ എന്നു നോക്കുകയും അവരുടെ കിണറുകൾ വേണ്ടവണ്ണം ഇറച്ചിട്ടുണ്ടോ, അവരുടെ കുളങ്ങൾ വൃത്തിയായിട്ടാണോ കിടക്കുന്നതു് എന്നുംമററും പരിശോധിക്കുകയും ചെയ്യുക. ഡൽഹിക്കു ചുററും അണുക്കളും കൊതുകുകളും വളരുന്ന കുളങ്ങൾക്കെതിരായി എങ്ങനെയാണു വിജയകരമായ ഒരു സമരം നടത്തിയതെന്നു പരേതനായ പ്രിൻസിപ്പൽ രുദ്രാ—സൽക്കാരപ്രിയനായ അദ്ദേഹത്തിൽകൂടെ താമസിക്കുന്നതിനുള്ള അവസരം എനിക്കുണ്ടായിട്ടുണ്ടു്—എന്നോടു പറയുമായിരുന്നു. പണക്കുറവുകൊണ്ടോ, മററു കാരണങ്ങൾകൊണ്ടോ, മുൻസിപ്പാലിററികളോ പ്രാദേശികസംഘടനകളോ ചെയ്യാത്ത ജോലികൾ ചെയ്യാൻ ഇന്നു നാം ആളുകളെ പഠിപ്പിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

5. Harijan, 8-2-'35 (To the Students, p. 210—211)

എല്ലാത്തിനുമുപരിയായി, അഴുക്കിൽനിന്നും ചേറിൽനിന്നും അവരുടെ ഗ്രാമങ്ങളെ സുരക്ഷിതമാക്കുന്നതിന് അവരെ പഠിപ്പിക്കണം. നിങ്ങൾ നല്ല മനസ്സുള്ള തോട്ടികളായില്ലെങ്കിൽ ഇതു നിങ്ങളുടെ ജോലിയുടെ ഏററവും പ്രയാസമുള്ള ഭാഗമായിരിക്കും. കുറെ ദിവസത്തേക്കു നിങ്ങൾ തെരുവുകൾ തൂക്കുകയും ഒരേ സമയത്തുതന്നെ തങ്ങളുടെ ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുന്നതിനും വിലയേറിയ വളം സൂക്ഷിക്കുന്നതിനും അവരെ പഠിപ്പിക്കുകയും വേണം. പൂരേയുടെ 'ഗ്രാമീണശുചിത്വം' എന്ന ചെറുഗ്രന്ഥം ഈ വിഷയത്തെ സംബന്ധിച്ച ഒരു വിലപ്പെട്ട കൃതിയാണ്. വിസർജിത വസ്തുക്കൾ 9 ഇഞ്ചു താഴ്ചയുള്ള കുഴികളിൽ ഇട്ട് മണ്ണുകൊണ്ടു മൂടാൻ അവരെ പഠിപ്പിക്കണം. അത്തരം മണ്ണ് ഫലപുഷ്ടിയുള്ളതാണ്; അത്രത്തോളം താഴ്ചയിലേക്കു സൂര്യരശ്മി ഇറങ്ങിച്ചെല്ലുകയും ചെയ്യും ഇതാണു പ്രമാണം. അല്പകാലത്തിനുള്ളിൽ അതു മുഴുവൻ വിലയേറിയ വളമായി മാറും. ഈ തറയിൽ ഒന്നാംതരം പച്ചക്കറികൾ വളർത്താം.

6

സുഖക്കേടുകളെപ്പോലും നേരിടുന്നതിനുള്ള ഏററവും ഫലപ്രദമായ മാർഗം ശുചീകരണത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കുകയെന്നതാണ്. പ്രകൃതിയാണ് ഏററവും മികച്ച വൈദ്യൻ.

മനുഷ്യൻ കേടുവരുത്തിയതിനെ പ്രകൃതി കേടുപോക്കുന്നു. തുടർച്ചയായി മനുഷ്യൻ അവളെ തടസ്സപ്പെടുത്തുമ്പോൾ അവൾ ശക്തിഹീനയായി തീരുന്നതായി കാണുന്നു. അപ്പോൾ അവൾ തന്റെ ഒടുവിലത്തേതും, അലംഘനീയവുമായ പ്രതിനിധിയെ—മരണത്തെ—കേടുപാടുകൾ മാററാൻ പാടില്ലാത്തതിനെ നശിപ്പിക്കുവാൻ അയയ്ക്കുകയും ഒരു പുതിയ വസ്ത്രം ധരിക്കേണ്ട ആൾക്കു നൽകുകയും ചെയ്യുന്നു. അതുകൊണ്ട് ഒരുവൻ അറിഞ്ഞാലും അറിഞ്ഞില്ലെങ്കിലും ഓരോരുത്തന്റെയും ഏററവും നല്ല സഹായികൾ അഥവാ വൈദ്യന്മാർ ശുചീകരണത്തിനും ആരോഗ്യത്തിനുംവേണ്ടി പ്രവർത്തിക്കുന്ന ആളുകളാണ്.

7

അനുഗ്രഹകരമായ മറെറാരുതരം വൈദ്യസഹായമുണ്ട്. ഇതു രോഗത്തിന്റെ സ്വഭാവം അറിവുള്ള അന്യർ എന്തുകൊണ്ടാണ് രോഗികൾക്ക് ആ പ്രത്യേക സുഖക്കേട് ഉണ്ടായതെന്നും എങ്ങനെയാണ് അതിനെ തടയേണ്ടതെന്നും അവരോട് പറയുകയെന്നതാണ്. അത്തരം സേവകർ, പകലോ, രാത്രിയിലോ ഏതു സമയത്തും

6. Harijan, 11–5–'35, (Re-building our Villages, p. 17)
7. Harijan, 9–11–'35, (Re-building our Villages, p, 17)

സഹായിക്കാൻ ഓടിയെത്തും. എങ്ങനെ ശുചിത്വം പരിപാലിക്കണമെന്നും ആരോഗ്യം നേടണമെന്നും ആളുകളെ പഠിപ്പിക്കുന്ന വിവേചനാപൂർവകമായ സഹായം ശുചിത്വത്തിന്റെ അത്യാവശ്യമാണ്. എന്നാൽ അത്തരം സേവനം വിരളമാണ്.

സി. ശുചിത്വവും ഹരിജനവിദ്യാഭ്യാസവും

8

എല്ലാത്തിലും വിഷമകരമായതു ഹരിജനവിദ്യാഭ്യാസമാണ്. ഹരിജനമല്ലാത്ത ഒരു കുട്ടിക്ക് എത്രതന്നെ പ്രാകൃതരീതിയിലായിക്കൊള്ളട്ടെ അല്പമെങ്കിലും ഗാർഹികസംസ്കാരം ലഭിക്കുന്നു. ഒരു ഹരിജൻകുട്ടിക്ക്, സമുദായം അവനെ അകററിനിർത്തുന്നതുകൊണ്ട് ഇത്തരം സംസ്കാരമൊന്നും ലഭിക്കുന്നില്ല. ഒരു ഹരിജൻകുട്ടി എങ്ങനെയോ ഇരിക്കുന്നു; എങ്ങനെയോ വസ്ത്രം ധരിക്കുന്നു. അവന്റെ കണ്ണുകളും ചെവികളും പല്ലും മുടിയും നഖവും മൂക്കും മിക്കപ്പോഴും അഴുക്കു നിറഞ്ഞതാണ്. കുളിക്കുകയെന്നതു് എന്തെന്നുതന്നെ അവൻ അറിയുന്നില്ല. 1915–ൽ ടാൻകുബാറിൽ (തമിഴ്നാട്ടിൽ) നിന്നു് ഒരു ഹരിജൻകുട്ടിയെ ഞാൻ എടുത്തു വളർത്തുകയും, അന്നു് ആശ്രമം സ്ഥിതിചെയ്തിരുന്ന കോച്ച്റാബിലേക്ക് എന്റെകൂടെ കൊണ്ടുപോരികയും ചെയ്തപ്പോൾ, ഞാൻ എന്താണു ചെയ്തതെന്നു് ഞാൻ ഓർക്കുന്നു. ഞാൻ അവനെ ക്ഷൗരം ചെയ്യിച്ചു. നല്ലവണ്ണം കുളിപ്പിച്ച് ഒരു സാധാരണ ധോത്തിയും, ഒരു അങ്കിയും തൊപ്പിയും അവനു നല്കി. ഏതാനും നിമിഷങ്ങൾക്കുള്ളിൽ അവൻ സംസ്കാരമുള്ള ഒരു വീട്ടിലെ കുട്ടിയിൽനിന്നും കാഴ്ചയ്ക്കു തിരിച്ചറിയാത്തവണ്ണം ആയിത്തീർന്നു. അവന്റെ തലയും കണ്ണും, ചെവിയും, മൂക്കും നല്ലവണ്ണം ശുചിയാക്കി. അഴുക്കിന്റെ സംഭരണസ്ഥലമായിത്തീർന്നിരുന്ന അവന്റെ നഖങ്ങൾ വെട്ടി വൃത്തിയാക്കി. മണ്ണടിഞ്ഞിരുന്ന അവന്റെ പാദങ്ങൾ ഉരച്ചു കഴുകി. ആവശ്യമുണ്ടെങ്കിൽ ഇത്തരം ചടങ്ങ് സ്കൂളിൽപോകുന്ന ഹരിജനകുട്ടികളിൽ ദിവസവും ചെയ്യണം. ആദ്യത്തെ മൂന്നുമാസം അവരെ ശുചിത്വം പഠിപ്പിച്ചുകൊണ്ടുവേണം അവരുടെ പാഠം ആരംഭിക്കുക. ഒറീസ്സായിൽ പദയാത്രയായി തീർത്ഥാടനം നടത്തിയപ്പോൾ കണ്ടതു് എന്തെന്നു് ഈ വാചകം എഴുതുമ്പോൾ ഞാൻ ഓർമിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും ശരിയായി ആഹാരം കഴിക്കേണ്ടതു് എങ്ങനെയെന്നു ഹരിജനങ്ങളെ പഠിപ്പിക്കണം. ചില ഘട്ടങ്ങളിൽ ആഹാരം വിളമ്പിയപ്പോൾ ഹരിജനക്കുട്ടികളും പ്രായമായവരും ആഹാരം കഴിച്ചതു് വൃത്തികെട്ട കൈവിരലുകളോടും അവശിഷ്ടങ്ങൾ കണ്ടമാനം ചിതറിയും ആഹാരം കഴിച്ചു മററുള്ളവരേക്കാൾ കൂടുതൽ വൃത്തിയായും വെടിപ്പായും ആയിരുന്നു. ഹരിജനങ്ങൾ ഉച്ഛിഷ്ടം വച്ചിരു

8. Harijan, 18–5–'35 (Towards New Education, pp. 72—73)

ന്നില്ല. അവരുടെ പാത്രങ്ങൾ നല്ലവണ്ണം ശുചിയാക്കി വച്ചിരു ന്നു. ഓരോ വായ് ഭക്ഷണം എടുത്തശേഷവും അവർ തങ്ങളുടെ വിരലുകൾ നക്കി വൃത്തിയാക്കിയിരുന്നു. എല്ലാ ഹരിജനക്കുട്ടിക ളും ഞാൻ ഈ വിവരിച്ച കൂട്ടരെപ്പോലെ വൃത്തിയായി ആഹാരം കഴിക്കുന്നില്ല.

9

ആരോഗ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെയും ശുചീകരണത്തിന്റെയും മൂല തത്വങ്ങളിലുള്ള ഒരു ഉറച്ച അറിവിനോടു തുലനം ചെയ്തുനോക്കു മ്പോൾ എഴുത്ത്, വായന, കണക്ക് ഈ മൂന്നു വിഷയങ്ങളിലടങ്ങു ന്ന വിദ്യാഭ്യാസം ഒന്നുമല്ലാത്തതുപോലെയാണ്. ഒരു ദാര്യഗംജ് സ്കൂളിൽ പഠിക്കുന്ന കുറെ ഹരിജൻ പെൺകുട്ടികളെ ഞാൻ കാണാ നിടയായി. അവരെ കണ്ടയുടൻ അവരുടെ വൃത്തികെട്ട നഖങ്ങളും, വൃത്തികെട്ട മൂക്കുകളും അഴുക്കടിഞ്ഞുകിടക്കുന്ന മൂക്കിലെയും ചെവി യിലെയും ചെറിയ ആഭരണങ്ങളും എന്റെ കണ്ണിൽപ്പെട്ടു. അവരു ടെ ചുമതല വഹിക്കുന്ന ആ നല്ല സ്ത്രീയുടെ ശ്രദ്ധയിൽ ഇതു് ഒരി ക്കലും പെട്ടിട്ടില്ല.

അവരെ ആദ്യം ശുചിത്വത്തിന്റെ പാഠങ്ങൾ പഠിപ്പിക്കുക. സാഹിത്യപരമായ പരിശീലനം അതിൽത്തന്നെ ഒരു വലിയ കാ ര്യമല്ല. പഠിപ്പില്ലാത്ത ആളുകൾക്കു വലിയ ദേശങ്ങൾ ഭരിക്കുന്ന തിൽ ഒരു പ്രയാസവും കണ്ടിരുന്നില്ലയെന്നുള്ളതു് ഓർമിക്കണം. പ്രസിഡണ്ട് ക്രൂഗറിനു തന്റെ സ്വന്തം പേരു് എഴുതി ഒപ്പുവയ്ക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞിരുന്നില്ല. തീർച്ചയായും അവരെ എഴുത്തും വായനയും കണക്കും പഠിപ്പിക്കുക; പക്ഷേ, അതിനെ യുക്തിക്കു നിരക്കാത്ത ഒരു അന്ധാചാരമാക്കരുതു്.

ഡി. ശുചീകരണത്തിലുള്ള അഭ്യസനം

10

ബുദ്ധിവൈഭവവും തൊഴിലും തമ്മിലുള്ള വേർപാടു് ഗ്രാമങ്ങ ളുടെ കുററകരമായ അവഗണനയിൽ കലാശിച്ചു. തത്ഫലമായി ദേശത്തെ അലങ്കരിക്കുന്ന ഐശ്വര്യപൂർണമായ ചെറുഗ്രാമങ്ങൾക്കു പകരം മാലിന്യത്തിന്റെ കൂനകളാണു നമുക്കുള്ളതു്. പല ഗ്രാമ ങ്ങളെയും സമീപിക്കുന്നതു് ഉന്മേഷകരമായ ഒരു അനുഭവമല്ല. പല

9. Harijan, 8–2–1935 (To the Students p. 211)
10. Constructive Programme, p. 15 (1941) (India of My Dreams p. 134)

പ്പോഴും കണ്ണടയ്ക്കുവാനും മൂക്കുപൊത്തുവാനും തോന്നിപ്പോകും. അത്ര മാത്രമാണു ചുററുപാടുമുള്ള അഴുക്കും ദുസ്സഹമായ ദുർഗന്ധവും.

ദേശീയമായോ സാമുദായികമായോ ഉള്ള ശുചിത്വബോധം നമ്മുടെ ഇടയിലുള്ള ഒരു ഗുണമല്ല. ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള ഒരു കുളി നാം നടത്തിയേക്കും. പക്ഷേ നാം കരയ്ക്കുനിന്നു മേലു കഴുകുന്നതോ, ഇറങ്ങിക്കുളിക്കുന്നതോ ആയ കിണറോ കുളമോ നദിയോ അഴുക്കാകുന്നതു നാം കാര്യമാക്കുന്നില്ല. നമ്മുടെ ഗ്രാമങ്ങളുടെയും പുണ്യനദികളുടെ പുണ്യതീരങ്ങളുടെയും അപമാനകരമായ അവസ്ഥയ്ക്കും വൃത്തിഹീനതയിൽനിന്നുണ്ടാകുന്ന സുഖക്കേടുകൾക്കും കാരണമായ ഒരു വലിയ തിന്മയാണ് ഈ കെടുതിയെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു.

11

ഗ്രാമങ്ങളുടെ ശുചീകരണത്തിനു് ഒരു സ്ഥാനം കൊടുത്തതിനു ശേഷം ആരോഗ്യത്തിനും ശുചിത്വത്തിനും വിദ്യാഭ്യാസത്തിൽ എന്തിനാണു് ഒരു പ്രത്യേകസ്ഥാനം കൊടുക്കുന്നതെന്നു ചോദിച്ചേക്കാം. അതിനു ശുചീകരണത്തോടൊപ്പം സ്ഥാനം കൊടുക്കാമായിരുന്നു. എന്നാൽ വിവിധ വിഷയങ്ങളിൽ ഇടപെടുന്നതിനു ഞാൻ ഇഷ്ടപ്പെട്ടില്ല. ശുചീകരണം എന്നുമാത്രം പറഞ്ഞാൽ അതു് ആരോഗ്യത്തിനെക്കൂടി ഉൾപ്പെടുത്താൻ മതിയാകയില്ല. ശുചിത്വബോധംതന്നെ പ്രത്യേകപഠനവും തദനുയോജ്യമായ പരിശീലനവും അർഹിക്കുന്ന വിഷയമാണു്. ക്രമീകൃതമായ ഒരു സമൂഹത്തിൽ ആരോഗ്യത്തിന്റെയും ശുചിത്വത്തിന്റെയും നിയമങ്ങൾ പൗരന്മാർ അറിയുകയും അനുഷ്ഠിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. മനുഷ്യവർഗത്തിനു പരമ്പരയാ കിട്ടിയിരിക്കുന്ന ഒട്ടുമുക്കാൽ സുഖക്കേടുകൾക്കും കാരണം ആരോഗ്യശുചിത്വനിയമങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള അജ്ഞതയും അവഗണനയുമാണെന്നു സംശയാതീതമായി സ്ഥാപിക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ടു്. നമ്മുടെ ഇടയിലെ വർദ്ധിച്ച മരണനിരക്കിനു്, നിസ്സംശയമായും കരണ്ടുതിന്നുന്ന ഈ ദാരിദ്ര്യമാണു് കാരണം. എന്നാൽ ആരോഗ്യത്തെക്കുറിച്ചും ശുചിത്വത്തെക്കുറിച്ചും ആളുകളെ നല്ലവണ്ണം പഠിപ്പിക്കയാണെങ്കിൽ ഇതു ലഘൂകരിക്കാം.

'ആരോഗ്യമുള്ള ശരീരത്തിലെ ആരോഗ്യമുള്ള മനസ്സു്' എന്നതാണു് ഒരുപക്ഷേ, മനുഷ്യവർഗ്ഗത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള ആദ്യത്തെ നിയമം. ആരോഗ്യമുള്ള ശരീരത്തിലെ, ആരോഗ്യമുള്ള മനസ്സു്' എന്നതു സ്വയം സ്പഷ്ടമായ ഒരു സത്യമാണു്. മനസ്സും ശരീരവും തമ്മിൽ ഒഴിച്ചുകൂടാൻപാടില്ലാത്ത ഒരു ബന്ധമുണ്ടു്. ആരോഗ്യമുള്ള മനസ്സു് നമുക്കുണ്ടെങ്കിൽ, നാം എല്ലാ ക്രൂരതയും വിട്ടുകളയുകയും, ആരോഗ്യനിയമങ്ങൾ സ്വാഭാവികമായി അനുസരിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് പ്രയാസ

11. Constructive Programme, pp. 18—19 (1941)

മെന്യേ ആരോഗ്യമുള്ള ശരീരം നമുക്കുണ്ടാകയും ചെയ്യും. അതുകൊണ്ടു് നിർമ്മാണപരിപാടികളിലെ ഈ വിഷയം ഒരു കോൺഗ്രസ്സുകാരനും അനാദരിക്കുകയില്ലെന്നു് ഞാൻ ആശിക്കുന്നു. ആരോഗ്യത്തിൻെറയും, ശുചിത്വത്തിൻെറയും അടിസ്ഥാനനിയമങ്ങൾ ലളിതവും, വേഗം പഠിക്കാവുന്നതുമാണു്. അവ അനുഷ്ഠിക്കുന്നതിനെ സംബന്ധിച്ചാണു ബുദ്ധിമുട്ടുള്ളതു്. ഇതാ കുറെ കാര്യങ്ങൾ:

> ഏററവും പരിശുദ്ധമായ ചിന്തകളിലേർപ്പെടുക, അലസവും അശുദ്ധവുമായ എല്ലാചിന്തകളും ഉപേക്ഷിക്കുക, രാവും പകലും ഏററവും ശുദ്ധമായ വായു ശ്വസിക്കുക, ശാരീരികവും, മാനസികവുമായ ജോലികൾക്കു തമ്മിൽ ഒരു തുലനം ഏർപ്പെടുത്തുക; നിവർന്നുനിൽക്കുക, നിവർന്നിരിക്കുക, നിങ്ങളുടെ ഓരോ പ്രവൃത്തിയിലും വെടിപ്പും ശുദ്ധിയും ഉള്ളവനായിരിക്കുക. ഇവ നിങ്ങളുടെ ആന്തരിക അവസ്ഥയുടെ പ്രതിഫലനമായിരിക്കട്ടെ.

> സഹജാതരുടെ സേവനത്തിനായി ജീവിക്കുന്നതിനു് ആഹാരം കഴിക്കുക. വെറും സുഖാനുഭോഗത്തിനായി ജീവിക്കരുതു്. അതുകൊണ്ടു നിങ്ങളുടെ മനസ്സിനെയും ശരീരത്തേയും നല്ല സ്ഥിതിയിൽ സൂക്ഷിക്കുന്നതിനുമാത്രം മതിയായതായിരിക്കണം. നിങ്ങളുടെ ആഹാരം മനുഷ്യൻ അവൻ തിന്നുന്നതായിത്തീരുന്നു. നിങ്ങൾക്കുള്ള വെള്ളവും, ആഹാരവും വായുവും, ശുദ്ധമായിരിക്കണം. കേവലം വ്യക്തിപരമായ ശുചിത്വം കൊണ്ടുമാത്രം തൃപ്തിപ്പെടാതെ, നിങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്ന അതേ മൂന്നിനം ശുചിത്വവും നിങ്ങളുടെ ചുററുപാടിലേക്കും നിങ്ങൾ പകർത്തണം.

12

ഒരു അമ്മ തൻെറ കുട്ടിക്കുവേണ്ടി ചെയ്യുന്നതെന്തോ അതു തന്നെയാണു് ഒരു തോട്ടി സമുദായത്തിനു ചെയ്യുന്നതു്. ഒരു തോട്ടി, അമ്മയെപ്പോലെ ശുചിത്വം പരിപാലിച്ചു്, ഒരു സമുദായത്തിൻെറ മുഴുവൻ ആരോഗ്യത്തെ സുരക്ഷിതമാക്കുകയും, പരിരക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഒരു ബ്രാഹ്മണൻെറ ചുമതല ആത്മാവിൻെറ ശുചിത്വത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കയെന്നതാണു്; ഒരു തോട്ടിയുടേതു്, ഒരു സമുദായത്തിൻെറ ശാരീരിക ശുചിത്വം പരിരക്ഷിക്കുകയാണു്. എന്നാൽ പ്രായോഗികമായി ഒരു വ്യത്യാസമുണ്ടു്; ഒരു ബ്രാഹ്മണൻ സാധാരണമായി തൻെറ ചുമതലയനുസരിച്ചു് ജീവിക്കുന്നില്ല. എന്നാൽ ഒരു തോട്ടി എങ്ങനെയെങ്കിലും അതു ചെയ്യുന്നുണ്ടു്, സംശയമില്ല. പലതരം സേവനങ്ങൾകൊണ്ടാണു് സമുദായം നിലനിന്നുപോരുന്നതു്. തോട്ടിയാണു സകലസേവനങ്ങളുടെയും അടിസ്ഥാനം. സമുദായത്തിൻെറ അത്തരം ബഹുമാന്യനായ ഒരു സേവകൻ എന്തു

12. Harijan, 28–11–'36 (Removal of Untouchability, p. 218)

ഗ്ഗുണങ്ങളാണു തന്റെ വ്യക്തിത്വംകൊണ്ടു് ഉദാഹരിക്കുന്നതു്? എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ മാതൃകായോഗ്യനായ ഒരു തോട്ടിക്കു് ശുചീകരണതത്വങ്ങളുടെ ശരിയായ ഒരറിവുണ്ടായിരിക്കണം. ശരിയായ വിധത്തിലുള്ള ഒരു കക്കൂസ് എങ്ങനെയാണു് ഉണ്ടാക്കേണ്ടതെന്നും, അതു വൃത്തിയാക്കുന്നതിനുള്ള ശരിയായ മാർഗം എന്തെന്നും അവൻ അറിഞ്ഞിരിക്കണം. വിസർജ്ജിതവസ്തുക്കളുടെ ദുർഗന്ധത്തെ അതിജീവിക്കയും, നശിപ്പിക്കയും ചെയ്യേണ്ടതു് എങ്ങനെയാണെന്നും, അവയെ നിരുപദ്രവമാക്കുന്ന പലതരം കിടനാശിനികൾ എന്തെല്ലാമാണെന്നും അവൻ അറിഞ്ഞിരിക്കണം. അതുപോലെതന്നെ, മലവും മൂത്രവും വളമാക്കി മാററുന്ന രീതി അവൻ അറിഞ്ഞിരിക്കണം. പക്ഷേ, അതുകൊണ്ടെല്ലാമായില്ല. മാതൃകായോഗ്യനായ എന്റെ തോട്ടി മലത്തിന്റെയും, മൂത്രത്തിന്റെയും തരം അറിയുന്നവനായിരിക്കും. അങ്ങനെ തന്റെ തൊഴിൽപരമായ ആവശ്യങ്ങളെ സംബന്ധിച്ച പരീക്ഷണത്തിന്റെ ഫലം അവൻ സമയോചിതമായി നൽകയും ചെയ്യും. അതുപോലെ വലിയ പട്ടണങ്ങളിലും ചെറിയ ഗ്രാമങ്ങളിലും എങ്ങനെയാണു് മലം ദൂരെ മാറേറണ്ടതെന്ന വിഷയത്തിൽ അവൻ ഒരഭിജ്ഞനായിരിക്കും. ഈ വിഷയത്തിൽ അവന്റെ ഉപദേശവും മാർഗനിർദേശവും ആവശ്യമായി വരികയും അവൻ അതു സൗജന്യമായി സമുദായത്തിനു നല്കയും ചെയ്യും. അവന്റെ തൊഴിലിനു് ഇവിടെ പ്രസ്താവിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന നിലയിൽ എത്തുന്നതിനു് ആവശ്യമായ സാധാരണ പഠിപ്പെങ്കിലും അവനുണ്ടായിരിക്കണമെന്നു പ്രത്യേകം പറയേണ്ട ആവശ്യമില്ലല്ലോ. അത്തരം മാതൃകായോഗ്യനായ ഒരു തോട്ടി തന്റെ തൊഴിലിൽനിന്നു ജീവിതവൃത്തിക്കുള്ളതു ലഭ്യമാക്കുന്നുവെങ്കിലും ഒരു വിശുദ്ധമായ ചുമതലയെന്ന രീതിയിലേ അതിനെ സമീപിക്കു. വേറൊരുവിധത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ, അതിൽനിന്നു ധനം സമ്പാദിക്കുന്നതിനെക്കുറിച്ചു് അവൻ സ്വപ്നം കാണുകയില്ല. അവൻ സേവിക്കുന്ന പ്രദേശത്തെ എല്ലാ മലിനവസ്തുക്കളും, മലവും ശരിയായി നീക്കുകയെന്ന ചുമതല അവനിലാണെന്നു് അവൻ സ്വയം കരുതുന്നു. ആ പ്രദേശത്തിന്റെ ആരോഗ്യപരവും, ശുചിത്വപരവുമായ സംരക്ഷണം അവന്റെ നിലനിൽപ്പുകൊണ്ടുള്ള മുഖ്യനന്മയായി അവൻ കരുതുന്നു.

എങ്ങനെയാണു നമുക്കു് ഇത്തരം മാതൃകായോഗ്യനായ തോട്ടിയെ ലഭിക്കുന്നതു്? തോട്ടിയെ അവനർഹമായ അന്തസ്സും ബഹുമാനവും അണിയിക്കുക എന്നതു് വിദ്യാസമ്പന്നരായ വിഭാഗത്തിന്റെ പ്രത്യേക ചുമതലയും അവകാശവുമാണു്. ഈ വിഭാഗത്തിലെ ചില ആളുകൾ, അവരുടെ ചുററുമുള്ള തൂപ്പുകാരെ ശുചിത്വം അഭ്യസിപ്പിക്കുന്നതിനു് ആദ്യമെ ആ ശാസ്ത്രത്തിൽ സ്വയം അഭിജ്ഞരാകണം. തോട്ടികളുടെ ഇപ്പോഴത്തെ ദുഃസ്ഥിതിയും അതിന്റെ അടിയിലുള്ള കാരണങ്ങളും അവർ ശ്രദ്ധാപൂർവം പഠിക്കണം.

ഒരിക്കലും പിന്തിരിയാത്തതും പരാജയപ്പെടാത്തതും അക്ഷീണവുമായ സ്ഥിരോത്സാഹത്തോടും ക്ഷമയോടുംകൂടി, ആ കാരണങ്ങൾ ഉൻമൂലനം ചെയ്യുകയെന്ന കർത്തവ്യത്തിൽ അവർ ആമഗ്നരാകണം. ശുചിത്വനിയമങ്ങൾ അവരെ പഠിപ്പിക്കണം. മലം നീക്കുന്നതിനുവേണ്ട നല്ല ചൂലുകളോ മററ് അനുയോജ്യമായ ഉപകരണങ്ങളോപോലും ഇന്നു നമ്മുടെ തോട്ടികൾക്കില്ല. കക്കൂസുകൾതന്നെ നികൃഷ്ടമാണ്. തോട്ടി താമസിക്കുന്നതിനു ചുററുമുള്ള സ്ഥലം ചെളിയടഞ്ഞ ഒരു കുപ്പക്കുഴിയേക്കാൾ ഒട്ടും മെച്ചമല്ല. അവൻെറ ഇപ്പോഴത്തെ ദുരവസ്ഥയിൽനിന്ന് അവനെ രക്ഷിക്കുന്ന ചുമതല കുറെ അഭ്യസ്തവിദ്യരായവർ സ്വയം ഏററെടുത്തെങ്കിൽമാത്രമേ ഇവയെല്ലാം മാറുകയുള്ളു. ദുസ്സഹമായ വൃത്തിഹീനതയിൽനിന്ന് അങ്ങനെ സമുദായത്തെ രക്ഷിക്കാം. തന്നിൽ സേവനത്തിൻെറ ചൈതന്യം ഉള്ള ഒരുവൻെറ ഏററവും ഉയർന്ന അഭിനിവേശത്തെ തൃപ്തിപ്പെടുത്താൻ ഈ ജോലി തീർച്ചയായും പര്യാപ്തമായിരിക്കും.

ഇ. മലിനവസ്തുക്കൾ നീക്കംചെയ്യൽ

13

നാം എന്നും കുളിക്കുന്ന ഒരു ദേശക്കാരാണെന്നു പറയപ്പെടുന്നു. തീർച്ചയായും നാം അങ്ങനെയാണ്. പക്ഷേ, അതുകൊണ്ടു നമുക്കു മെച്ചമൊന്നുമില്ല. കാരണം, നാം മലിനമായ വെള്ളംകൊണ്ടു കുളിക്കയും, നമ്മുടെ കുളങ്ങളും നദികളും അശുദ്ധമാക്കയും, അതു കുടിക്കുന്നതിനും കുളിക്കുന്നതിനും ഉപയോഗിക്കയും ചെയ്യും. അഭിഭാഷകരും, ബിരുദധാരികളും, ഭിഷഗ്വരന്മാരുമായ നാം ശുചീകരണത്തിൻെറയും ശുചിത്വത്തിൻെറയും പ്രാഥമികതത്വങ്ങൾ പഠിക്കുന്നില്ല. നമ്മുടെ വിസർജിതവസ്തുക്കളെ നീക്കംചെയ്യുന്നതിനുള്ള ഏററവും ലാഭകരമായ രീതി നാം ഇന്നും കണ്ടുപിടിച്ചിട്ടില്ല. നമ്മുടെ തുറസ്സുള്ളതും ആരോഗ്യപ്രദവുമായ സ്ഥലങ്ങളെ നാം രോഗങ്ങളുടെ ഉത്പാദനസ്ഥലങ്ങളാക്കിത്തീർക്കുന്നു.

14

ദ്രവമോ ഘനമോ ആയ വിസർജ്ജിതവസ്തുക്കൾ സംസ്കരിക്കുന്നതിന് അങ്ങേയററം ഒരടിയിൽക്കൂടാതെ താഴ്ചയുള്ള കുഴിയെടുത്തു പുറമണ്ണുമായി കൂട്ടിക്കലർത്തുകയാണു വേണ്ടത്. ഡോ. പൂരേ ഗ്രാമീണശുചിത്വത്തെക്കുറിച്ചുള്ള തൻെറ പുസ്തകത്തിൽ 9 മുതൽ 12 വരെ ഇഞ്ചിൽ കവിയാത്ത താഴ്ചയുള്ള തോടുകളിൽ വിസർജ്ജിതവസ്തുക്കൾ കുഴിച്ചുമൂടണമെന്നു പറയുന്നു (ഞാൻ ഓർമ്മ

---

13. Harijan. 11-5-'35 (India of my Dreams, p. 50)
14. Harijan, 3-2-'35 (Cent per Cent Swedesi, pp. 36—37)

യിൽനിന്നുദ്ധരിക്കയാണ്). പുറമേയുള്ള മണ്ണിൽ അണുജീവികൾ അടങ്ങിയിട്ടുണ്ടെന്നും, അതു് അതിൽക്കൂടി വേഗത്തിൽ കടക്കുന്ന പ്രകാശത്തിനോടും വായുവിനോടും ഒത്തുചേർന്നു വിസർജ്ജിത പദാർത്ഥത്തെ ഒരാഴ്ചയ്ക്കുള്ളിൽ നല്ല മിനുസവും മണവുമുള്ള മണ്ണാക്കിത്തീർക്കുന്നുവെന്നും പറയപ്പെടുന്നു. ഏതൊരു ഗ്രാമീണനും ഇതു സ്വയം പരീക്ഷിച്ചുനോക്കാവുന്നതാണ്. ഇതു ചെയ്യാനുള്ള മാർഗ്ഗം ഒന്നുകിൽ മണ്ണുകൊണ്ടോ ഇരുമ്പുകൊണ്ടോ ഉണ്ടാക്കിയ തൊട്ടികളോടുകൂടിയ സ്ഥിരം കക്കൂസുകൾ ഉണ്ടായിരിക്കയും, ദിവസംതോറും അതിലെ വിസർജ്ജിതവസ്തു ശരിയായ രീതിയിൽ തയ്യാറാക്കപ്പെട്ട സ്ഥലങ്ങളിൽക്കൊണ്ടുപോയി ഒഴിച്ചുകളയുകയും ചെയ്യുകയോ, അല്ലെങ്കിൽ തറയിൽ ചതുരാകൃതിയിലുണ്ടാക്കിയ കുഴികളിൽത്തന്നെ മലമൂത്രവിസർജ്ജനം നടത്തുകയോ ആയിരിക്കും. ഗ്രാമങ്ങളിലെ പൊതുസ്ഥലത്തോ, വ്യക്തികൾക്കുള്ള സ്ഥലത്തോ ഈ വിസർജ്ജിതവസ്തുക്കൾ കുഴിച്ചിടാം. ഗ്രാമീണരുടെ സഹകരണത്താൽ മാത്രമേ ഇതു ചെയ്യാൻ സാധിക്കയുള്ളു. പരിശ്രമശാലിയായ ഒരു ഗ്രാമീണനു് അങ്ങേയററം വേണ്ടിവന്നാൽ ഈ വിസർജ്ജിതവസ്തു ശേഖരിച്ചു് സ്വയം ധനമാക്കി മാററാവുന്നതാണ്. ഇപ്പോൾ ലക്ഷക്കണക്കിനു രൂപാ വിലവരുന്ന ഈ സമ്പന്നമായ വളം ദിവസവും പഴാക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കയും വായു ദൂഷിപ്പിച്ചു സുഖക്കേടു് ഉണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

15

എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ, ഏതായാലും പുരേ ശ്രുപാർശചെയ്യുന്ന ഉപരിതലത്തിലെ സംസ്കരണം കൂടുതൽ ശാസ്ത്രീയവും കൂടുതൽ ആദായകരവുമാണ്. കുഴിക്കുന്നതിനുള്ള ചെലവു കുറയുന്നുണ്ടു്; എടുത്തുമാററുന്നതിനുള്ള ചെലവു് ഒന്നോടെ ഇല്ലാതാകുകയോ, അല്ലെങ്കിൽ തീർച്ചയായും കുറയുകയോ ചെയ്യുന്നുമുണ്ടു്. ഈ വസ്തുതയ്ക്കു പുറമേ, മണ്ണിന്റെ ഉപരിഭാഗത്തുനിന്നു് ആറോ ഒൻപതോ ഇഞ്ചു് താഴ്ചവരെ ജീവിക്കുന്ന അണുജീവികളും വായുവും സൂര്യപ്രകാശവും വിസർജ്ജിതവസ്തുക്കളിൽ പ്രവർത്തിച്ചു്, ഈ മലിന പദാർത്ഥങ്ങൾ വളരെ താഴ്ചയിൽ കുഴിച്ചിടുമ്പോഴത്തേക്കാൾ വേഗത്തിൽ അവയെ മധുരമായ വളമാക്കി മാററുന്നു എന്നതുകൂടി കണക്കിലെടുക്കണം. ഇങ്ങനെ ഇവ ഏകദേശം ഒരാഴ്ചക്കുള്ളിൽ വളമായി മാറുന്നു. ഇവിടെ ഓർത്തിരിക്കേണ്ട പ്രധാന വസ്തുത ഗ്രാമീണരുടെ ആരോഗ്യവും, ഈ വളംമൂലം വർദ്ധിച്ച വിളവിലൂടെ അവക്കു സിദ്ധിക്കുന്ന സാമ്പത്തികോന്നമനവും സാദ്ധ്യമാക്കുകയെന്ന ഇരട്ട ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടി ഈ മലമൂത്രങ്ങൾ മുഴവൻ കുഴിച്ചുമൂടുന്നതിടത്തോളം പ്രധാനമല്ല അതിനുള്ള വിവിധോപാധികൾ എന്നുള്ളതാണ്. വിസർജ്ജനവസ്തുക്കളല്ലാത്ത മററു ജൈവപാദർത്ഥങ്ങൾ പ്രത്യേകം കുഴിച്ചുമൂടേണ്ടതാണെന്നു് ഓർത്തിരിക്കണം.

15. Harijan, 1-3-'35 (Re-building our Villages, p. 11)

16

അടുത്തതായി ശുചീകരണ പ്രശ്നമെടുക്കാം. വേണ്ടത്ര ശ്രദ്ധ അക്കാര്യത്തിൽ നൽകിയാൽ രാജ്യത്തിനു് അതു് ഒരു വർഷം ആളൊന്നുക്കു് 2 രൂപാ വീതം നേടിക്കൊടുക്കും. അതായതു മെച്ചപ്പെട്ട ആരോഗ്യത്തിനും കൂടുതൽ കാര്യശേഷിക്കും പുറമേ ഒരാണ്ടിൽ 60 കോടി രൂപയും ലഭിക്കും എന്നർത്ഥം.

17

മലം അങ്ങനെതന്നെ ഒരു വളമായി കൃഷിക്കു് ഉപയോഗിക്കാമെന്നു് ആരും അഭിപ്രായപ്പെട്ടിട്ടില്ല. മണ്ണിനോടു ചേർക്കപ്പെട്ട മലം ഒരു നിശ്ചിതകാലത്തിനുശേഷം അതിനെ ഫലഭൂയിഷ്ഠമാക്കിത്തീർക്കുന്നവെന്നാണു ഉദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതു്. മലം മണ്ണിലേക്കു ചേർക്കപ്പെട്ടശേഷം, ഉഴുന്നതിനും കൃഷിക്കും മണ്ണു് അനുയോജ്യമായിത്തീരുന്നതിനുമുമ്പു ചില പരിവർത്തനങ്ങൾക്കു് അതു വിധേയമാകേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഈ പരീക്ഷണം ഒരിക്കലും പിഴയ്ക്കാത്ത ഒന്നാണു്. ഒരു നിർദിഷ്ടസമയത്തിനുശേഷം വിസർജിതപദാർത്ഥം കുഴിച്ചിട്ടിടം നിങ്ങൾ തുറന്നുനോക്കുക. ദുർഗന്ധമൊന്നുമില്ലാതെ, മലത്തിന്റെ അംശങ്ങളൊന്നുമില്ലാതെ നല്ല മണ്ണായി കിടക്കുന്നതു കണ്ടാൽ ആ മണ്ണു വിത്തു വിതയ്ക്കുന്നതിനു പററിയതായിട്ടുണ്ടു് എന്നു നിശ്ചയിക്കാം. കഴിഞ്ഞ 30 വർഷങ്ങളായി വിസർജിതവസ്തുക്കളെ ഈ രീതിയിൽ എല്ലാത്തരം വിളവിനും ഞാൻ ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗിച്ചിട്ടുണ്ടു്.

18

ഇന്ത്യയിലെ പൊതുജനങ്ങളുടെ മനസ്സാലെയുള്ള സഹകരണം ലഭിക്കയാണെങ്കിൽ ഈ ദേശത്തിനു ഭക്ഷണക്ഷാമം ദൂരീകരിക്കാമെന്നു മാത്രമല്ല ആവശ്യത്തിലധികം ഇന്ത്യയ്ക്കു നല്കാനും കഴിയും. ഈ ജൈവവളം എന്നും മണ്ണിനെ പുഷ്ടിപ്പെടുത്തുകയാണു്. ഒരിക്കലും ക്ഷയിപ്പിക്കുന്നില്ല. ദിവസേനയുണ്ടാകുന്ന വിസർജനവസ്തുക്കൾ ബുദ്ധിപൂർവം ശരിപ്പെടുത്തിയെടുത്താൽ അതു വിലപിടിച്ച വളമായി മണ്ണിലേക്കു മടങ്ങുന്നു. ദശലക്ഷക്കണക്കിനു രൂപാ അങ്ങനെ ആദായമുണ്ടാകുന്നു; ധാന്യങ്ങളുടെയും പയറുവർഗങ്ങളുടേയും വിളവു അനേകം ഇരട്ടി വർദ്ധിക്കുന്നു. ഇതിനുപുറമേ മലിനവസ്തുക്കളുടെ ബുദ്ധിപൂർവകമായ ഉപയോഗം ചുററുപാടുകളെ വൃത്തിയാക്കി സൂക്ഷിക്കുന്നു. ശുചിത്വം ദൈവത്തിനു അടുത്തതാണെന്നു മാത്രമല്ല, അതു് ആരോഗ്യത്തെ വർദ്ധിപ്പിക്കയും ചെയ്യുന്നു.

16. Harijan, 13–4–'35 (Cent per Cent Swadesi, p. 51)
17. Harijan, 11–5–'35 (Re-building Our Villages, p. 13)
18. Harijan, 28–12–'47. (Panchayat Raj, p. 29)

അദ്ധ്യായം നാല്

രോഗവും ചികിത്സയും

എ. ആരോഗ്യമുള്ള ഒരു മനുഷ്യശരീരം

1

മനുഷ്യശരീരത്തിന്റെ ഒരു വിവരണത്തിനുദ്യമിക്കുന്നതിനുമുമ്പ് ആരോഗ്യം എന്ന വാക്കിന്റെ അർത്ഥം മനസ്സിലാക്കേണ്ടതാവശ്യമാണ്. ആരോഗ്യം എന്നാൽ ദേഹസൗഖ്യമെന്നാണർത്ഥം. എല്ലാത്തരം രോഗങ്ങളിൽനിന്നും സ്വതന്ത്രമായ ശരീരമുള്ള ആളാണ് ആരോഗ്യവാൻ. അയാൾ തന്റെ സാധാരണപ്രവൃത്തികൾ ക്ഷീണം കൂടാതെ ചെയ്യുന്നു. അത്തരം ഒരാൾക്കു പ്രയാസംകൂടാതെ, പത്തോ പന്ത്രണ്ടോ മൈൽ ഒരു ദിവസം നടക്കാനും ക്ഷീണം തോന്നിക്കാതെ സാധാരണ ശരീരപ്രയത്നങ്ങൾ നിർവഹിക്കാനും കഴിയും. സാധാരണയുള്ള ലഘുവായ ആഹാരങ്ങൾ അയാൾക്കു ദഹിക്കും. അയാളുടെ മനസ്സും ഗ്രഹണേന്ദ്രിയങ്ങളും ലയവും സമനിലയുമുള്ള ഒരു അവസ്ഥയിലായിരിക്കും. കായികമത്സരികളേയും അതുപോലുള്ള മററാളുകളേയും ഈ നിർവചനം ഉൾക്കൊള്ളുന്നില്ല. അസാധാരണമായ ശാരീരികശക്തിയുള്ളവൻ അവശ്യം അരോഗിയായിരിക്കണമെന്നില്ല. അയാൾ തന്റെ മാംസപേശികൾ വളർത്തുകമാത്രം ചെയ്തിരിക്കും; പക്ഷേ അതു മറെറന്തോ നഷ്ടപ്പെടുത്തിയിട്ടാണ്.

ഈ നാട്ടിലെ നവീനവിദ്യാഭ്യാസത്തെക്കുറിച്ചു കുറെയൊക്കെ പരിചയം നമുക്കെല്ലാമുണ്ട്. അതിനു നമ്മുടെ അനുദിനജീവിതവുമായി ബന്ധമില്ല. അങ്ങനെ അതു നമ്മുടെ സ്വന്തം ശരീരത്തെക്കുറിച്ചു നമ്മെ തികച്ചും അജ്ഞരാക്കി തള്ളുന്നു. നമ്മുടെതന്നെ ഗ്രാമത്തേയും വയലുകളേയും കുറിച്ചുള്ള അറിവിന്റെ കഥയും അങ്ങനെ തന്നെ. നേരെമറിച്ചു നമ്മുടെ അനുദിനജീവിതത്തോടു യാതൊരു ബന്ധവുമില്ലാത്ത സംഗതികളെക്കുറിച്ചു നമ്മെ ധാരാളം പഠിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. അത്തരം അറിവിനു പ്രയോജനമൊന്നുമില്ലെന്നല്ല ഞാൻ അർത്ഥമാക്കുന്നത്. എന്നാൽ, ഒരോന്നിനും അതതിന്റെ സ്ഥാനമുണ്ട്. മറെറന്തിലേക്കും കടക്കുന്നതിനു മുമ്പായി ആദ്യമേ നമ്മുടെ തന്നെ ശരീരത്തെക്കുറിച്ചും നമ്മുടെതന്നെ വീടിനെക്കുറിച്ചും നമ്മുടെ ഗ്രാമത്തെയും അതിന്റെ ചുററുപാടിനെയും കുറിച്ചും, അവിടെ വളരുന്ന വിളവുകളെക്കുറിച്ചും അവയുടെ ചരിത്രത്തെക്കുറിച്ചും വേണ്ടത്ര അറിഞ്ഞിരിക്കണം. പ്രാഥമികമായ ഈ അറിവിൽ വിപുലമായ

1. Key to Health, 1942 (pp. 3—7)

അടിസ്ഥാനമിട്ടിട്ടുള്ള സാമാന്യ വിജ്ഞാനത്തിനുമാത്രമേ ജീവിതത്തെ അഭിവൃദ്ധിപ്പെടുത്താൻ കഴിയൂ.

മനുഷ്യശരീരം പ്രാചീനതത്വജ്ഞാനികൾ പഞ്ചഭൂതങ്ങൾ എന്നു വിവരിച്ചിട്ടുള്ള അഞ്ചു പദാർത്ഥങ്ങൾകൊണ്ടു നിർമ്മിതമാണ്. ഭൂമി, ജലം, ആകാശം, തേജസ്സ്, വായു എന്നിവയുമാണ് അവ.

എല്ലാ മാനുഷികപ്രവർത്തനങ്ങളും പത്ത് ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെ സഹായത്തോടെ മനസ്സു നിർവഹിക്കുന്നതാണ്. കർമ്മേന്ദ്രിയങ്ങൾ അഞ്ചെണ്ണമുണ്ട് അതായത് കൈകൾ, കാലുകൾ, വായ്, മലദ്വാരം, ജനനേന്ദ്രിയങ്ങൾ എന്നിവ. അഞ്ചു ജ്ഞാനേന്ദ്രിയങ്ങളുണ്ട്. അവ ത്വക്കിൽക്കൂടിയുള്ള സ്പർശനം, നാസികയിൽ കൂടിയുള്ള ഘ്രാണം, നാക്കിൽ കൂടിയുള്ള രസനം, കണ്ണുകളിൽ കൂടിയുള്ള ദർശനം, ചെവികളിൽ കൂടിയുള്ള ശ്രവണം എന്നിവയാണ്. ചിന്ത, മനസ്സിന്റെ പ്രവർത്തനമാണ്. അതിനെ ചിലയാളുകൾ പതിനൊന്നാമത്തെ ഇന്ദ്രിയമായി പറയുന്നു. ആരോഗ്യത്തിൽ എല്ലാ ഇന്ദ്രിയങ്ങളും മനസ്സും പൂർണമായി പരസ്പരം യോജിച്ചു വർത്തിക്കുന്നു.

മനുഷ്യയന്ത്രത്തിന്റെ ആന്തരികപ്രവർത്തനം അത്ഭുതകരമാണ്. പ്രപഞ്ചത്തിന്റെ സൂക്ഷ്മരൂപമാണു മനുഷ്യശരീരം. മനുഷ്യശരീരത്തിൽ കാണാൻ കഴിയാത്തത് പ്രപഞ്ചത്തിലും കാണുക സാധ്യമല്ല. അതാണ് ഉള്ളിലെ പ്രപഞ്ചം പുറത്തെ പ്രപഞ്ചത്തെ പ്രതിബിംബിപ്പിക്കുന്നുവെന്നുള്ള തത്വജ്ഞാനിയുടെ സിദ്ധാന്തത്തിന്നടിസ്ഥാനം. അതുകൊണ്ടു നമ്മുടെ ശരീരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള നമ്മുടെ ബോധം പൂർണമാണെങ്കിൽ നാം പ്രപഞ്ചത്തെയും അറിയും എന്ന് ഇതിൽനിന്നു ബോദ്ധ്യമാകും. എന്നാൽ ഏററവും നല്ല ഡോക്ടർമാർക്കു, ഹക്കിമുകൾക്കും, വൈദ്യന്മാർക്കുപോലും ഇതു ഗ്രഹിക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല. അതിനുവേണ്ടി ആഗ്രഹിക്കുന്നതു ഒരു സാധാരണക്കാരനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അഹങ്കാരമായിരിക്കും. മനുഷ്യമനസ്സിനെക്കുറിച്ചുള്ള എന്തെങ്കിലും അറിവു നമുക്കു നൽകാൻ കഴിവുള്ള ഒരു ഉപകരണം ആരും ഇന്നുവരെ കണ്ടുപിടിച്ചിട്ടില്ല. ശരീരത്തിന്റെ അകത്തും പുറത്തും നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള ആകർഷകമായ വിവരണങ്ങൾ ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ നല്കിയിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ ആ ചക്രത്തെ നടത്തുന്നതു് എന്താണെന്നു ആർക്കും പറയാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. മരണം എന്തുകൊണ്ട്, എന്തിനായി സംഭവിക്കുന്നുവെന്നു മനസ്സിലാക്കി തരുന്നതിനോ, അതിന്റെ സമയം മുൻകൂട്ടി പറയുന്നതിനോ ആർക്കു കഴിയും? ചുരുക്കിപ്പറഞ്ഞാൽ, അളവററ വായനയ്ക്കും എഴുത്തിനുംശേഷം, അളവററ അനുഭവങ്ങൾക്കുംശേഷം ആണു താൻ എത്ര കുറച്ചേ അറിയുന്നുള്ളുവെന്നു മനുഷ്യൻ മനസ്സിലാക്കുന്നതു്.

വിവിധ ഘടകങ്ങളുടെ യോജിച്ചുള്ള പ്രവർത്തനത്തെ ആശ്രയിച്ചാണു മനുഷ്യയന്ത്രത്തിന്റെ സന്തുഷ്ടമായ പ്രവർത്തനം ഇരിക്കുന്നതു്. ഈ പ്രവർത്തനമെല്ലാം ക്രമമായ രീതിയിൽ ആണെങ്കിൽ, യന്ത്രം അനായാസമായി പ്രവർത്തിക്കും. പ്രധാനഭാഗങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും ഒന്നു പ്രവർത്തനരഹിതമാകയാണെങ്കിൽ അതുടൻ നിന്നുപോകും. ഉദാഹരണമായി ദഹനത്തിനു തകരാറു പററുകയാണെങ്കിൽ, ശരീരം മുഴുവൻ മന്ദീഭവിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടു്, ദഹനക്കേടും മലബന്ധവും നിസ്സാരമായി എടുക്കുന്നവനു് ആരോഗ്യനിയമങ്ങളുടെ ആദ്യക്ഷരങ്ങൾപോലും അറിഞ്ഞുകൂടാ. അസംഖ്യം സുഖക്കേടുകളുടെ മൂലകാരണം ഇവ രണ്ടുമാണു്.

അടുത്തതായി നമ്മുടെ ശ്രദ്ധ ആവശ്യപ്പെടുന്ന ചോദ്യമിതാണു്: മനുഷ്യശരീരത്തിന്റെ ആവശ്യമെന്താണു്? ലോകത്തുള്ള എല്ലാം ഉപയോഗപ്പെടുത്തുകയും ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യാം. ശരീരത്തെ സംബന്ധിച്ചും അങ്ങനെതന്നെ പറയാം. സ്വാർത്ഥോദ്ദേശ്യങ്ങൾക്കോ, സ്വന്തം സുഖാനുഭൂതിക്കോ വേണ്ടിയോ മററുള്ളവരെ ഉപദ്രവിക്കുന്നതിനോ ആയി അതിനെ ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ നാം അതിനെ ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തുകയാണു്. ആത്മനിയന്ത്രണം പരിശീലിക്കയും സർവാന്തര്യാമിയായ ആത്മാവിനു് അഥവാ ഈശ്വരനുവേണ്ടിയുള്ള സേവനത്തിനു നമ്മെത്തന്നെ അർപ്പിക്കയും ചെയ്താൽ നാം ശരീരത്തെ ശരിയായ രീതിയിൽ ഉപയോഗിക്കുകയാണു ചെയ്യുന്നതു്. ഈ ബന്ധത്തിന്റെ സാക്ഷാത്കാരത്തിനായി നമ്മുടെ എല്ലാ പ്രവൃത്തികളെയും തിരിച്ചുവിടുമ്പോൾ ശരീരം ആ ആത്മാവിന്റെ ആവാസത്തിനു യോഗ്യമായ ഒരു ക്ഷേത്രമായിത്തീരുന്നു.

അഴകിന്റെ ഒരു ഖനിയായി ശരീരത്തെ വിശേഷിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അതിന്റെ ശരിയായ കാഴ്ചപ്പാടിലൂടെ നോക്കുകയാണെങ്കിൽ ഈ പ്രസ്താവനയിൽ യാതൊരു അതിശയോക്തിയുമില്ല, ശരീരം ഇല്ലാതെ മറെറാന്നുമില്ലെങ്കിൽ അതിനെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനു് അത്ര പ്രയാസപ്പെടുന്നതിൽ ഒരു അർത്ഥവുമില്ല. എന്നാൽ അഴകിന്റെ ഖനി എന്നറിയപ്പെടുന്ന ഇതിനെ ശരിയായി ഉപയോഗിക്കാമെങ്കിൽ അതിനെ വൃത്തിയാക്കുന്നതും ഉചിതമായ അവസ്ഥയിൽ സൂക്ഷിക്കുന്നതും നമ്മുടെ ഒന്നാമത്തെ കടമയായിത്തീരുന്നു. വിലപിടിച്ച കല്ലുകളുടേയും. സ്വർണത്തിന്റെയും ഖനികൾക്കും, ഉപരിതലത്തിൽ സാധാരണമണ്ണിന്റെ ഛായയാണുള്ളതു്. സ്വർണവും വിലയേറിയ രത്നങ്ങളും അതിന്റെ അടിയിൽ ഉണ്ടെന്നുള്ള അറിവു്, അവയുള്ളിൽ കിടക്കുന്നവ ലഭിക്കുന്നതിനു ദശലക്ഷക്കണക്കിനു ധനം ചെലവാക്കുന്നതിനും, ശാസ്ത്രീയവിജ്ഞാനം ഉപയോഗിക്കുന്നതിനും മനുഷ്യനെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു. അതുപോലെ

ആത്മാവിന്റെ ക്ഷേത്രമായ മനുഷ്യശരീരത്തെ ഉചിതമായ അവസ്ഥയിൽ സൂക്ഷിക്കുന്നതിനു് നാം എത്രതന്നെ ബുദ്ധിമുട്ടിയാലും അതു് അധികമാവില്ല.

മനുഷ്യൻ ഭൂമിയിലേക്കു വന്നതു്, ഭൂമിയോടുള്ള അവന്റെ കടം വീട്ടുന്നതിനാണു്. അതായതു് ഈശ്വരസൃഷ്ടികളെ അഥവാ (അവരിലൂടെ) ഈശ്വരനെത്തന്നെ സേവിക്കുവാനാണു്. ഈ ഉദ്ദേശ്യം മുൻനിർത്തിക്കൊണ്ടു്, മനുഷ്യൻ തന്റെ ശരീരത്തിന്റെ കാവൽക്കാരനായി പ്രവർത്തിക്കുന്നു. ശരീരത്തിന്റെ കഴിവിനൊത്തവണ്ണം സേവനാദർശം പ്രവൃത്തിയിൽ കൊണ്ടുവരാൻ സാധിക്കുമാറു് അതിനെ സംരക്ഷിക്കുകയെന്നതു് അവന്റെ കർത്തവ്യമായിത്തീരുന്നു.

ബി. പഞ്ചഭൂതങ്ങൾ ചികിൽസോപാധികളെന്ന നിലയിൽ

2

ശരീരഘടനയിലുള്ള പഞ്ചഭൂതങ്ങളെ സുഖക്കേടുകളുടെ ചികിത്സയിൽ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നതിനെ ആധാരമാക്കിയിട്ടുള്ളതാണു പ്രകൃതിചികിത്സാശാസ്ത്രം. വായനക്കാരന്റെ ഓർമ പുതുക്കുന്നതിനുവേണ്ടി പറയാം: അവ ഭൂമി, ജലം, ആകാശം, സൂര്യപ്രകാശം, വായു എന്നിവയാണു്. ആരോഗ്യപരമായ ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾക്കായി അവയെ എങ്ങനെ പ്രയോജനപ്പെടുത്തണമെന്നു ചൂണ്ടിക്കാണിക്കാനാണു് എന്റെ യത്നം.

1901–ാം ആണ്ടുവരെ എനിക്കു സുഖക്കേടു വരുമ്പോഴെല്ലാം ഞാൻ വൈദ്യന്മാരുടെ അടുത്തേക്കു് ഓടിപ്പോയിട്ടില്ലെങ്കിലും, ഞാൻ അവരുടെ പ്രതിവിധികൾ കുറെയൊക്കെ ഉപയോഗിച്ചിരുന്നു. മലബന്ധത്തിനു ഞാൻ ഫലലവണം കഴിക്കുമായിരുന്നു. പരേതനായ ഡോ. പ്രാൺ ജീവൻമേത്ത നെററാലിൽ വന്നിരുന്നപ്പോൾ പൊതുവേയുള്ള ഉന്മേഷക്കുറവു മാററുന്നതിനുള്ള ചില ഔഷധങ്ങളുമായി എന്നെ പരിചയപ്പെടുത്തി. ഔഷധങ്ങളുടെ ഉപയോഗത്തെക്കുറിച്ചുള്ള പുസ്തകങ്ങൾ വായിക്കുന്നതിനു് ഇതെനിക്കു വഴി തെളിയിച്ചു. ഇതിനു പുറമെ നെററാലിലെ ഒരു ഗ്രാമീണ ആശുപത്രിയിൽ ഞാൻ ചെയ്തിരുന്ന ഏതാനും ചില ജോലിമൂലം നേടിയിരുന്ന കുറെ അറിവുണ്ടായിരുന്നു. കുറെനാൾ കഴിഞ്ഞുകൂടുന്നതിനു് ഇതെന്നെ സഹായിച്ചു. എന്നാൽ അവസാനം ഒരു മരുന്നും എനിക്കു് ഒരു ഗുണവും ചെയ്തില്ല. തലവേദനയും, ആകപ്പാടെ സുഖമി

2. Key to Health, (1942) pp. 57—62

ല്ലെന്നുള്ള തോന്നലും വിട്ടുമാറാതെ നിന്നു. ഈ സ്ഥിതിയിൽ ഞാൻ വളരെ അസംതൃപ്തനായിരുന്നു. മരുന്നുകളിൽ എനിക്കു ണ്ടായിരുന്ന അൽപ്പമായ വിശ്വാസവും മങ്ങിത്തുടങ്ങി.

1. മണ്ണ്

ഇതിനിടയ്ക്കെല്ലാം ആഹാരക്രമത്തിലുള്ള എൻെറ പരീക്ഷണ ങ്ങൾ തുടർന്നുകൊണ്ടിരുന്നു. പ്രകൃതിചികിത്സാരീതികളിൽ എ നിക്കു വലിയ വിശ്വാസമുണ്ടായിരുന്നു. എന്നാൽ അവയുടെ ഉപ യോഗത്തിൽ എനിക്കു പ്രായോഗികമായ മാർഗദർശനം നൽകി സഹായിക്കുന്നതിന് ആരുമുണ്ടായിരുന്നില്ല. പ്രകൃതിചികിത്സ യെപ്പററിയുള്ള ഗ്രന്ഥങ്ങൾ അൽപം വായിക്കുന്നതുകൊണ്ടു നേട വാൻ കഴിയുന്ന അറിവിൻെറ സഹായത്തോടുകൂടി ആഹാരക്രമീക രണംകൊണ്ടു സ്വയം ചികിത്സിക്കാൻ ഞാൻ ഒരുമ്പെട്ടു. ബഹുദൂരം നടക്കുന്ന എൻെറ സ്വഭാവവും എനിക്കുപകരിച്ചു. അതുകൊണ്ട് എനിക്കു വാസ്തവത്തിൽ ശയ്യാവലംബിയാകേണ്ടിവന്നില്ല. അങ്ങ നെ ഞാൻ ഒരുവിധം കഴിഞ്ഞുകൂടുമ്പോൾ 'പ്രകൃതിയിലേക്കുള്ള മട ക്കം' എന്ന ജസ്റ്റിൻെറ പുസ്തകം മി. പോളക് എനിക്കു തരികയു ണ്ടായി. അദ്ദേഹം ജസ്റ്റിൻെറ തത്വമനുസരിച്ചു തൻെറ ആഹാര ക്രമം ഏറെക്കുറെ ക്രമീകരിക്കാൻ ശ്രമിച്ചിരുന്നുവെന്നല്ലാതെ ആ നിർദേശങ്ങൾ പൂർണമായി അനുസരിച്ചിരുന്നില്ല. എന്നാൽ എന്നെ നല്ലതുപോലെ അറിയാമായിരുന്നതുകൊണ്ട് എനിക്ക് ആ പുസ്തകം ഇഷ്ടപ്പെടുമെന്ന് അദ്ദേഹം കരുതി.

മണ്ണിൻെറ ഉപയോഗത്തിനു ജസ്റ്റ് വലിയ പ്രാധാന്യം നൽകി യിട്ടുണ്ട്. ഞാൻ അതൊന്നു പരീക്ഷിക്കേണ്ടതുണ്ടെന്ന് എനിക്കു തോന്നി. മലബന്ധത്തിന് അടിവയററിൽ തണുത്ത മണ്ണുകൊണ്ടു ള്ള പോൾട്ടീസ് ആണു ജസ്റ്റ് ഉപദേശിക്കുന്നത്. വൃത്തിയുള്ള ഉണങ്ങിയ മണ്ണ് വെള്ളം ചേർത്തു കുഴച്ചു മണ്ണുപോൾട്ടീസ് ഉണ്ടാ ക്കി ഘനം കുറഞ്ഞ തുണിയിൽ പൊതിഞ്ഞു രാത്രി മുഴുവൻ വയ ററിനു മുകളിൽ വച്ചിരുന്നു. അതിൻെറ ഫലം ഏററവും തൃപ്തികര മായിരുന്നു. പിറേറദിവസം രാവിലെ എനിക്കു സാധാരണരീതി യിലുള്ള നല്ല മലശോധനയുണ്ടായി. ആ ദിവസം മുതൽ ഞാൻ ഫലലവണം മിക്കവാറും തൊട്ടിട്ടേയില്ല. ചില അവസരങ്ങളിൽ വയറിളക്കുന്നതിനുള്ള ആവശ്യം എനിക്കു തോന്നുമ്പോൾ അതിരാ വിലെ ഒരു സാധാരണകരണ്ടിയിൽ കൊള്ളുന്നതിൽ അൽപ്പം കുറ വ് ആവണക്കെണ്ണ കഴിക്കും. മണ്ണുപോൾട്ടീസ് 3 ഇഞ്ചു വീതിയും 6 ഇഞ്ചു നീളവും ½ ഇഞ്ചു ഘനവുമുള്ളതായിരിക്കണം. വിഷപ്പാ മ്പിൻെറ കടിയേററ ഒരാളിനെ സുഖപ്പെടുത്താനുള്ള കഴിവു മണ്ണിനു ണ്ടെന്ന് ജസ്റ്റ് അവകാശപ്പെടുന്നു. നനഞ്ഞ മണ്ണ് ശരീരം മുഴുവൻ പുരട്ടിയാൽ മതി. അതിനു കൽപിക്കാവുന്ന വിലമാത്രം കൽപി

ച്ചുകൊണ്ടാണ ഞാനിതു് ഇവിടെ പറയുന്നതു്. ഞാൻ സ്വയം പരീക്ഷിച്ച തെളിയിച്ച കാര്യമാണ് ഇവിടെ പറയാൻ ഞാനുദ്ദേശിക്കുന്നതു്. മിക്കപ്പോഴും തലയിൽ മണ്ണു ലേപനം ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ടു തലവേദന മാറുന്നതായിട്ടാണ് എൻെറ അനുഭവം. ഞാൻ നൂറുകണക്കിനു് അവസരങ്ങളിൽ അതു പരീക്ഷിച്ചിട്ടുണ്ടു്. പല കാരണങ്ങളാൽ തലവേദനയുണ്ടാകാം. എന്നാൽ കാരണമെന്തായാലും മണ്ണു ലേപനം ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ടു് ആ സമയത്തേക്കു് അതു ഭേദമാകുമെന്നുള്ളതു് ഒരു സാധാരണസംഭവമാണ്.

സാധാരണ കുരുവിനെ മണ്ണുലേപനം ഭേദമാക്കുന്നു. പൊട്ടിയൊലിക്കുന്ന പരുക്കുൾക്കും ഞാൻ മണ്ണു പ്രയോഗിച്ചിട്ടുണ്ടു്. പൊട്ടാസ്യം പെർമാൻഗനേററ് കലക്കിയ വെള്ളത്തിൽ മുക്കിയ വൃത്തിയുള്ള ഒരു തുണിയിൽ മണ്ണു പൊതിഞ്ഞു് ഇത്തരം ചികിത്സയ്ക്കു ഞാൻ പോൾട്ടീസ് തയ്യാറാക്കുന്നു. പെർമാൻഗനേററു് വെള്ളംകൊണ്ടു മുറിവു കഴുകി ആ പോൾട്ടീസ് അതിൽ വയ്ക്കുന്നു. ഭൂരിഭാഗം വ്രണങ്ങളിലും ഈ ചികിത്സ പൂർണസൗഖ്യം ഉളവാക്കുന്നു. ഇതു് എന്നെ പരാജയപ്പെടുത്തിയ ഒരൊററ സന്ദർഭമെങ്കിലും ഞാൻ ഓർമിക്കുന്നില്ല. മണ്ണുചികിത്സകൊണ്ടു കടന്നൽകുത്തിൻെറ വേദനയ്ക്കു് ഉടനെ ശമനമുണ്ടാകുന്നു. തേൾ കടിച്ച പലരിലും ഞാൻ ഇതു പ്രയോഗിച്ചിട്ടുണ്ടു്. പക്ഷേ, വളരെ തുച്ഛമായ വിജയമേ ഉണ്ടായിട്ടുള്ളു. സേവാഗ്രാമിൽ തേൾ ഒരു ഉപദ്രവമായി തീർന്നിട്ടുണ്ടു്. തേൾകടിക്കു അറിയപ്പെട്ടിട്ടുള്ള എല്ലാ ചികിത്സകളും ഞങ്ങൾ ശ്രമിച്ചു നോക്കിയിട്ടുണ്ടു്. പക്ഷേ, ഒന്നും പിഴയ്ക്കാത്തതാണെന്നു തെളിഞ്ഞിട്ടില്ല. മറേറതൊരു തരം ചികിത്സയുടെ ഫലത്തേക്കാളും താഴ്ന്നതല്ല മണ്ണുചികിത്സയുടെ ഫലമെന്നു് എനിക്കു പറയാം.

കടുത്ത പനിക്കു തലയിലും അടിവയററിലും മണ്ണുപോൾട്ടീസ് വയ്ക്കുന്നതു വളരെ ഉപയോഗപ്രദമാണ്. ഇതു് എപ്പോഴും ചൂടു കുറയ്ക്കുന്നില്ലെങ്കിലും നിശ്ചയമായും രോഗിക്കു് ആശ്വാസം നൽകുകയും അൽപ്പം ഭേദം തോന്നിപ്പിക്കയും ചെയ്യും. അതുകൊണ്ടു് ഇതു പ്രയോഗിക്കാൻ രോഗികൾതന്നെ ആവശ്യപ്പെടുന്നു. സന്നിപാതജ്വരമുള്ള പലരിലും ഞാൻ ഇതുപയോഗിച്ചിട്ടുണ്ടു്. പനി അതുപോലെതന്നെ തുടർന്നേക്കും, സംശയമില്ല. എന്നാൽ മണ്ണുലേപനം അസുഖം കുറയ്ക്കുകയും വേദന ദൂരീകരിക്കയും ചെയ്യുന്നതായി കാണുന്നു. ഏകദേശം 10 സന്നിപാതജ്വരരോഗികൾ ആശ്രമത്തിലുണ്ടായിരുന്നു. അവർക്കെല്ലാം പൂർണസുഖം ലഭിക്കയാൽ ആശ്രമവാസികൾ സന്നിപാതജ്വരത്തെ ഇപ്പോൾ ഒട്ടും ഭയപ്പെടുന്നില്ല. ഈ രോഗികളുടെ ചികിത്സയിൽ ഞാൻ ഒരു ഔഷധവും ഉപയോഗിച്ചില്ല. മണ്ണുപോൾട്ടീസ് കൂടാതെ പ്രകൃതിചികിത്സാരീതികളും ഞാൻ ഉപയോഗിച്ചിട്ടുണ്ടു്. പക്ഷേ, അവയെക്കുറിച്ചു യഥാസ്ഥാനം പ്രതിപാദിക്കാം.

വീക്കത്തിനു പുരട്ടുന്ന കുഴമ്പിനു പകരം സേവാഗ്രാമത്തിൽ ഞങ്ങൾ ചൂടുള്ള മണ്ണുപോൾട്ടീസ് ധാരാളമായി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. അൽപ്പം എണ്ണയും ഉപ്പും മണ്ണിനോടു ചേർക്കയും അണുക്കളെ നശിപ്പിക്കാനായി വേണ്ടുവോളം സമയം അതു ചൂടാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

മണ്ണുപോൾട്ടീസിന് ഏതുതരത്തിലുള്ള മണ്ണാണ് ഉപയോഗിക്കേണ്ടതെന്നു ഞാൻ വായനക്കാരനോടു പറഞ്ഞിട്ടില്ല. ആരംഭത്തിൽ സുഗന്ധമുള്ള വൃത്തിയായ ചുവന്ന മണ്ണു ഞാൻ സമ്പാദിച്ചിരുന്നു. വെള്ളത്തിനോടു ചേർക്കുമ്പോൾ അതിൽനിന്ന് ഒരു നേരിയ മണം ഉണ്ടാകും. എന്നാൽ ഇത്തരം ലഭിക്കുന്നത് എളുപ്പമല്ല. ബോംബെപോലുള്ള ഒരു നഗരത്തിൽ ഏതിനും മണ്ണും ലഭിക്കുക ഒരു പ്രശ്നമാണ്. ആററുവെള്ളം അടിച്ചുകയററുന്ന മൃദുവായ കളിമണ്ണ് ഉപയോഗിക്കയായിരിക്കും നല്ലതു്. അതു വെറും തരിയോടുകൂടിയുള്ളതോ അല്ല, വളമിട്ട ഭൂമിയിൽനിന്നുള്ള മണ്ണ് ഒരിക്കലും എടുക്കരുതു്. മണ്ണ് ഉണക്കി പൊടിച്ചു കണ്ണിയടുപ്പമുള്ള അരിപ്പയുപയോഗിച്ച് അരിച്ചെടുക്കണം. അതിന്റെ പരിശുദ്ധിയിൽ എന്തെങ്കിലും സംശയമുണ്ടെങ്കിൽ അതു നല്ലവണ്ണം ചൂടാക്കി ശുദ്ധീകരിക്കണം. വൃത്തിയുള്ള സ്ഥാനത്തു പോൾട്ടീസിനായി ഉപയോഗിച്ച മണ്ണ് ഉപയോഗശേഷം കളയേണ്ടതില്ല. സൂര്യപ്രകാശത്തിലോ തീയിലോ ഉണക്കിപ്പൊടിച്ച് അരിച്ചിട്ട് അതു വീണ്ടുംവീണ്ടും ഉപയോഗിക്കാം. മുകളിൽ പറഞ്ഞ രീതിയിൽ ഒരേ മണ്ണിൽനിന്നും വീണ്ടുംവീണ്ടും ഉണ്ടാക്കപ്പെട്ട മണ്ണുപോൾട്ടീസിനു ഗുണക്കുറവുള്ളതായി എനിക്കു തോന്നിയിട്ടില്ല. ഞാൻതന്നെ ഈ രീതിയിൽ അതുപയോഗിച്ചിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ തുടർന്നുള്ള പ്രയോഗത്തിന് അതു വീര്യക്കുറവുള്ളതായി കണ്ടിട്ടില്ല. യമുനാതടത്തിലെ മണ്ണ് ഈ ഉദ്ദേശ്യത്തിനു പ്രത്യേകിച്ചും നല്ലതാണെന്നു മണ്ണുപോൾട്ടീസ് ക്രമമായി ഉപയോഗിക്കുന്ന ചില സ്നേഹിതന്മാർ എന്നോടു പറയുകയുണ്ടായി.

മലബന്ധം നീക്കുന്നതിനു ശുദ്ധമായ മണ്ണ് ഭക്ഷിക്കാമെന്നു ജസ്റ്റ് എഴുതുന്നു. 5 ഗ്രാം മുതൽ 10 ഗ്രാംവരെയാണ് ഏററവും കൂടിയ തോതു്. അതിന്റെ ന്യായീകരണം ഇതാണെന്നു പറയപ്പെടുന്നു: മണ്ണ് ദഹിക്കുന്നില്ല. അതു് അവശിഷ്ടപദാർത്ഥംപോലെ പ്രവർത്തിക്കുന്നു. അതിനു പുറത്തേക്കു പോകണം. അങ്ങനെ വികാസം സിദ്ധിച്ച വൻകുടൽ മലത്തെയും അതോടൊപ്പം പുറത്തേക്കു തള്ളുന്നു. ഞാൻ ഇതു സ്വയം പരീക്ഷിച്ചിട്ടില്ല. അതുകൊണ്ട് ഇതു ചെയ്യണമെന്നാഗ്രഹിക്കുന്നവർ സ്വന്തം ഉത്തരവാദിത്വത്തിൽ ചെയ്തുകൊള്ളണം. ഒന്നോ രണ്ടോ പരീക്ഷണം ആർക്കും ഹാനികരമായിരിക്കയില്ലെന്ന് എനിക്കു തോന്നുന്നു.

3

2. വെള്ളം

ജലചികിത്സ കീർത്തികേട്ടതും, പ്രാചീനവുമായ ഒരു ചികിത്സയാണ്. ഈ വിഷയത്തെക്കുറിച്ചു പല പുസ്തകങ്ങളും എഴുതപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ എൻെറ അഭിപ്രായത്തിൽ കൂനി നിർദേശിച്ചിരിക്കുന്നതരം ജലചികിൽസ ലഘുവും ഫലപ്രദവുമാണ്. പ്രകൃതി ചികിത്സയെക്കുറിച്ചുള്ള കൂനിയുടെ പുസ്തകം ഇന്ത്യയിൽ വളരെ പ്രചാരമേറിയതാണ്. ഇന്ത്യയിലെ പല ഭാഷകളിലേക്കും ഇതു തർജമചെയ്തിട്ടുണ്ട്. കൂനിയെ അനുസരിക്കുന്നവർ ഏററവും അധികം ആന്ധ്രായിലാണുള്ളത്. ആഹാരക്രമത്തെക്കുറിച്ചും അദ്ദേഹം വളരെയേറെ എഴുതിയിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ ഇവിടെ ജലചികിൽസയിലുള്ള അദ്ദേഹത്തിൻെറ പരീക്ഷണങ്ങളെക്കുറിച്ചുമാത്രമേ ഞാൻ പ്രസ്താവിക്കുന്നുള്ളു.

ജലചികിൽസയിൽ കൂനിയുടെ സംഭാവനകളിൽ ഏററവും പ്രധാനപ്പെട്ടവ ഉദരസ്നാനവും ഭഗസ്നാനവുമാണ്. രോഗിയുടെ പൊക്കത്തിനനുസരിച്ചു മുപ്പതോ മുപ്പത്തിയാറോ ഇഞ്ചു നീളമുള്ള ഒരു പ്രത്യേക കുളിത്തൊട്ടി അദ്ദേഹം കണ്ടുപിടിച്ചിട്ടുണ്ട്. അതു സാധാരണമായി ആവശ്യത്തിനുതകുന്നുമുണ്ട്. ആവശ്യമുള്ള വലുപ്പം എന്തെന്നു് അനുഭവംകൊണ്ടു മനസ്സിലാകും. രോഗി ഇരിക്കുമ്പോൾ കവിഞ്ഞു ഒഴുകിപ്പോകാതിരിക്കത്തക്കവണ്ണം തൊട്ടിയിൽ തണുത്ത വെള്ളം നിറയ്ക്കുക. രോഗിക്കു ചെറിയ ഒരു ഞെട്ടൽ ഉണ്ടാകുമാറു തണുത്തതല്ല വെള്ളമെങ്കിൽ വേനൽക്കാലത്തു മഞ്ഞുകട്ടി അതിൽ ചേർക്കണം. സാധാരണമായി തലേരാത്രി മൺഭരണികളിൽ സൂക്ഷിക്കുന്ന വെള്ളം ഈ ഉദ്ദേശ്യം നിർവഹിക്കുന്നുണ്ട്. വെള്ളത്തിനു മുകളിൽ ഒരു തുണിക്കഷണം ഇട്ടു വേഗത്തിൽ വീശിയും വെള്ളം തണുപ്പിക്കാം. കുളിമുറിയുടെ ഭിത്തിക്കുനേരെ തൊട്ടി വച്ചു്, ആൾക്കു് ചാരിയിരിക്കത്തക്കവണ്ണം, ഒരു പലക അതിൽ വയ്ക്കുക. പാദങ്ങൾ പുറത്തേക്കിട്ടു രോഗി തൊട്ടിയിൽ ഇരിക്കണം. രോഗിക്കു തണുപ്പുതോന്നാതിരിക്കത്തക്കവിധം വെള്ളത്തിനു പുറത്തുള്ള ശരീരഭാഗങ്ങൾ നല്ലവണ്ണം മൂടിയിരിക്കണം. രോഗി തൊട്ടിക്കുള്ളിൽ സുഖമായി ഇരുന്നു കഴിയുമ്പോൾ മൃദുവായ ഒരു തുവർത്തു കൊണ്ടു വയർ മെല്ലെ തിരുമ്മണം. 5 മിനിററു മുതൽ 30 മിനിററു വരെ ഈ സ്നാനം നടത്താം. അതു കഴിയുമ്പോൾ ശരീരം ഉണങ്ങുന്നതുവരെ തുവർത്തി രോഗിയെ കട്ടിലിൽ കിടത്തുന്നു.

വലിയ പനിയുള്ളപ്പോൾ ഉദരസ്നാനം ചൂടു കുറയ്ക്കും. മുകളിൽ പറഞ്ഞ മാതിരി അതു ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ ഒരു ഉപദ്രവവും ഉണ്ടാ

3. Key to Health, (1942) pp. 63–75

വുകയില്ല, വളരെ ഗുണം ഉണ്ടാവുകയും ചെയ്യും. അതു മലബന്ധത്തെ സുഖപ്പെടുത്തുകയും ദഹനക്കേടു് ഭേദമാക്കയും ചെയ്യും. അതു കഴിയുമ്പോൾ രോഗിക്കു് ഉന്മേഷവും ചൊടിയും തോന്നും. മലബന്ധത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ കുളികഴിഞ്ഞയുടനെ അരമണിക്കൂർ നേരം വേഗത്തിൽ നടക്കുന്നതു നന്നെന്നു കൂനി ഉപദേശിക്കുന്നു. വയറു നിറഞ്ഞിരിക്കുമ്പോൾ ഒരിക്കലും അതു ചെയ്യരുതു്.

വളരെ കൂടിയ തോതിൽ ഞാൻ ഉദരസ്നാനം പരീക്ഷിച്ചുനോക്കിയിട്ടുണ്ടു്. നൂറിൽ എഴുപത്തഞ്ചിലധികം രോഗികളിലും അതു പിഴയ്ക്കാത്തതായി തെളിഞ്ഞിട്ടുണ്ടു്. അതികഠിനമായ ജ്വരമുള്ളപ്പോൾ രോഗിയുടെ സ്ഥിതി തൊട്ടിയിലിരിക്കുന്നതിനു് അനുവദിക്കത്തക്കതാണെങ്കിൽ ചൂടു് ഉടൻതന്നെ രണ്ടോ മൂന്നോ ഡിഗ്രി താഴുകയും ബോധക്കേടിന്റെ ഉപദ്രവം ഒഴിവാകുകയും ചെയ്യും..

കൂനി നിർദ്ദേശിക്കുന്ന ഉദരസ്നാനത്തിന്റെ ന്യായീകരണം ഇതാണു്: പ്രത്യക്ഷത്തിൽ പനിയുടെ കാരണം എന്തുതന്നെയായിരുന്നാലും എപ്പോഴും അതിന്റെ യഥാർത്ഥകാരണം ഒന്നുതന്നെയായിരിക്കും—അതായതു്, കുടലുകളിലെ നിരുപയോഗവസ്തുക്കളുടെ കെട്ടിക്കിടപ്പു്. ഈ വസ്തുക്കളുടെ ജീർണിക്കലിൽനിന്നുളവാകുന്ന ചൂടു് പനിയുടെ രൂപത്തിലും മററസുഖങ്ങളുടെ രൂപത്തിലും പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നു. ഉദരസ്നാനംമൂലം ഉള്ളിലെ പനി താഴുകയും തത്ഫലമായി പുറമെ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്ന പനിയും മററു അസുഖങ്ങളും താനേതന്നെ കുറയുകയും ചെയ്യുന്നു. ഈ യുക്തി എത്രമാത്രം ശരിയാണെന്നു് എനിക്കു പറയാൻ സാധിക്കയില്ല, അതു പറയേണ്ട ചുമതല വിദഗ്ദ്ധന്മാരുടേതാണു്.

പ്രകൃതി ചികിത്സാരീതികൾ പ്രകൃത്യനുസൃതമായതുകൊണ്ടു് സാധാരണക്കാരനു ഭയം കൂടാതെ അവ പ്രയോഗിക്കാമെന്നുള്ളതാണു് അവയുടെ പ്രത്യേകതയെന്നു് ഇതേസമയം പൊതുജനങ്ങൾ അറിഞ്ഞിരിക്കുമല്ലോ. തലവേദനകൊണ്ടു വിഷമിക്കുന്ന ഒരാൾ ഒരു തുണ്ടു തുണി പച്ചവെള്ളത്തിൽ മുക്കി തലയിൽ കെട്ടുകയാണെങ്കിൽ അതു് ഒരു ഉപദ്രവവും ഉണ്ടാക്കുന്നില്ല. തണുത്ത വെള്ളത്തിന്റെ കൂടെ മണ്ണുംകൂടി ചേർക്കുന്നതുകൊണ്ടു് തണുപ്പു നല്കുന്ന പൊതിച്ചിലിന്റെ പ്രയോജനം വർദ്ധിക്കുന്നു

ഇനി ഭഗസ്നാനം അഥവാ ഘർഷസ്നാനത്തെക്കുറിച്ചു പറയാം. ജനനേന്ദ്രിയം ശരീരത്തിലെ ഏററവുമധികം മൃദുപ്രകൃതിയായ ഭാഗങ്ങളിൽ ഒന്നാണു്. ലിംഗമുഖത്തിന്റെയും അഗ്രചർമത്തിന്റെയും മൃദുപ്രകൃതിയിൽ മായികമായ എന്തോ ഉണ്ടു്. ഏതായാലും അതു് എങ്ങനെ വിവരിക്കണമെന്നെനിക്കറിഞ്ഞുകൂടാ. കൂനി ഈ അറിവിനെ ചികിത്സാപരമായ ആവശ്യങ്ങൾക്കു് ഉപയോഗപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ടു്. മിനുസമുള്ള ഒരു തണുത്ത തുണിക്കഷണംകൊണ്ടു ജന

നേന്ദ്രിയത്തിന്റെ പുറമേയുള്ള അഗ്രം സാവധാനം തിരുമ്മുകയും, അതേസമയം തണുത്ത ജലം അതിന്മേൽ കോരിയൊഴിക്കുകയും വേണമെന്നു് അദ്ദേഹം ഉപദേശിക്കുന്നു. പുരുഷലിംഗത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ തിരുമ്മുന്നതിനുമുമ്പു് ചർമംകൊണ്ടു ലിംഗം മൂടിയിരിക്കണം. കൂനി ഉപദേശിക്കുന്ന സമ്പ്രദായം ഇങ്ങനെയാണു്: ഇരിപ്പിടം തൊട്ടിയിലെ വെള്ളത്തിന്റെ നിരപ്പിനു നില്ക്കത്തക്കവിധം, തണുത്ത വെള്ളം നിറച്ച ഒരു തൊട്ടിക്കുള്ളിൽ ഒരു സ്റ്റൂാം വയ്ക്കുക. പാദങ്ങൾ പുറത്തേക്കിട്ടു രോഗി സ്റ്റൂളിന്മേൽ ഇരിക്കണം. തൊട്ടിയിലെ വെള്ളത്തിന്റെ ഉപരിതലം തൊട്ടിരിക്കുന്ന ലിംഗത്തിൽ സാവധാനം തിരുമ്മുക. ഈ തിരുമ്മൽ ഒരിക്കലും വേദനയുണ്ടാക്കരുതു്. നേരെമറിച്ചു കുളികഴിയുമ്പോൾ രോഗിക്കു സന്തോഷവും വിശ്രമവും സമാധാനവും അനുഭവപ്പെടണം. സുഖക്കേടു് എന്തുതരമെങ്കിലും ആയിക്കൊള്ളട്ടെ, ഭഗസ്നാനംമൂലം രോഗിക്കു താത്കാലിക സുഖം അനുഭവപ്പെടും. ഭഗസ്നാനത്തിനാണു് ഉദരസ്നാനത്തെക്കാൾ കൂനി പ്രാധാന്യം കൊടുത്തിരിക്കുന്നതു്. രണ്ടാമതു പറഞ്ഞതിനേക്കാൾ ആദ്യം പറഞ്ഞതിലാണു് എനിക്കു പരിചയക്കുറവുള്ളതു്. കുററം അധികവും എന്നിൽത്തന്നെയാണെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു. ഞാൻ മടിയനായിരുന്നു. ഭഗസ്നാനം നടത്തണമെന്നു ഞാൻ ഉപദേശിച്ചവരും ആ പരീക്ഷണത്തിൽ ക്ഷമ കാണിച്ചിരുന്നില്ല. അതുകൊണ്ടു വ്യക്തിപരമായ പരീക്ഷണങ്ങളെ അടിസ്ഥാനമാക്കി ഈ സ്നാനത്തിന്റെ ഗുണത്തെക്കുറിച്ചു് ഒരഭിപ്രായം പ്രകടിപ്പിക്കാൻ എനിക്കു സാധ്യമല്ല. എല്ലാവരും പരീക്ഷിച്ചുനോക്കത്തക്ക പ്രാധാന്യമുള്ളതാണിതു്. ഒരു തൊട്ടി കിട്ടുവാൻ എന്തെങ്കിലും പ്രയാസമുണ്ടെങ്കിൽ ഒരു ജഗ്ഗിൽനിന്നോ, ലോട്ടയിൽനിന്നോ വെള്ളം ഒഴിച്ചു തിരുമ്മൽ സ്നാനം നടത്താൻ സാധിക്കും. അതു രോഗിക്കു വിശ്രമവും സമാധാനവും ഉണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യും.

പൊതുവേ ജനനേന്ദ്രിയങ്ങളെ വൃത്തിയാക്കിവയ്ക്കുന്നതിൽ ആളുകൾ വളരെ കുറച്ചു ശ്രദ്ധയേ ചെലുത്താറുള്ളു. തിരുമ്മിക്കുളികൊണ്ടു് ഈ ഉദ്ദേശ്യം നിഷ്പ്രയാസം സാധിക്കാം. ഒരാൾ പ്രത്യേകിച്ചു ശ്രദ്ധിച്ചില്ലെങ്കിൽ, ലിംഗമുഖത്തിന്റെയും അഗ്രചർമത്തിന്റെയും ഇടയ്ക്കു് അഴുക്കടിയും. ഇതു മാററിക്കളയണം. ജനനേന്ദ്രിയത്തെ വൃത്തിയാക്കി സൂക്ഷിക്കുന്നതും മുകളിൽപ്പറഞ്ഞ ചികിത്സ പിൻതുടരുന്നതും, ബ്രഹ്മചര്യാചരണത്തെ താരതമ്യേന എളുപ്പമുള്ളതാക്കിത്തീർക്കും. ഇതു് ആ ഭാഗത്തുള്ള നാഡ്യഗ്രങ്ങളുടെ സ്പർശഗ്രഹണശക്തി കുറയ്ക്കുകയും ആവശ്യമില്ലാത്ത ഇന്ദ്രിയസ്ഖലനത്തെ ഏറെക്കുറെ ഇല്ലാതാക്കുകയും ചെയ്യും. ചുരുക്കിപ്പറഞ്ഞാൽ ഇന്ദ്രിയസ്ഖലനം ഉണ്ടാകുന്നതു വളരെ വൃത്തിഹീനമാണു്. ശുചിത്വത്തിൽ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് ആ സ്ഖലന

ത്തോട്ട വെറുപ്പുണ്ടാവണം, ഉണ്ടാവുകയും ചെയ്യും. അതുകൊണ്ടുതന്നെ സ്ഖലനം കൂടാതെ കഴിക്കുന്നതിന്ന് എല്ലാ മുൻകരുതലുകളും എടുക്കാൻ അന്യഥാ ഉള്ളതിലധികം ശ്രദ്ധ ഒരുവനിലുണ്ടാവുകയും ചെയ്യും.

രണ്ടുതരം കുനിസ്സ്നാനത്തേയും കുറിച്ചു പ്രതിപാദിച്ചശേഷം നനഞ്ഞ തുണികൊണ്ടുള്ള പൊതിയലിനെക്കുറിച്ച് ഏതാനും വാക്കുകൾ പറയുന്നത് അസ്ഥാനത്തായിരിക്കയില്ല. പനിക്കും ഉറക്കമില്ലായ്മക്കും ഇതു വളരെ ഗുണപ്രദമാണ്. നനഞ്ഞ തുണികൊണ്ടുള്ള പൊതിച്ചിലിന്റെ സമ്പ്രദായം ഇങ്ങനെയാണ്: കിടക്കയിൽ മൂന്നോ നാലോ കട്ടിയുള്ള വീതികൂടിയ കമ്പിളിപ്പുതപ്പുകൾ വിരിക്കുക. അതിന്റെ മുകളിൽ പച്ചവെള്ളത്തിൽ മുക്കി വെള്ളം പിഴിഞ്ഞു കളഞ്ഞ കട്ടിയുള്ള ഒരു പരുത്തിപ്പുതപ്പ് വിരിക്കുക. പുതപ്പിന്റെ വെളിയിൽ വച്ചിരിക്കുന്ന ഒരു തലയിണയിൽ തലവച്ചുകൊണ്ട് രോഗി നനഞ്ഞ പുതപ്പിൽ മലർന്നു കിടക്കുന്നു. നനഞ്ഞ പുതപ്പും കമ്പിളികളുംകൊണ്ടു രോഗിയുടെ തലയൊഴികെ ബാക്കി ശരീരം മുഴുവൻ ചുററിപ്പൊതിയുന്നു. നനഞ്ഞ പുതപ്പിന്റെ കാര്യത്തിലെന്നപോലെ നനഞ്ഞ ഒരു തുവർത്തുകൊണ്ടു തലമൂടുന്നു. പുറത്തുനിന്നുമുള്ള വായു ഉള്ളിലേക്കു കടക്കാതവണ്ണം പുതപ്പും കമ്പിളികളും കൊണ്ടു രോഗിയെ ചുററിപ്പൊതിയുന്നു. തണുത്ത വിരിയിൽ കിടത്തുമ്പോൾ ആദ്യം രോഗിക്കു ഒരു ഞെട്ടൽ അനുഭവപ്പെടുമെങ്കിലും അതിനുശേഷം സുഖം തോന്നും. ഒന്നോ രണ്ടോ മിനിട്ടിനുള്ളിൽ അയാൾക്കു ചൂട് അനുഭവപ്പെടും. പനി വളരെ പഴകിയതെങ്കിൽ, 5 മിനിട്ടിനകം വിയർപ്പോടുകൂടി പനി താഴുവാൻ തുടങ്ങും. പനി വിടാതെ നിൽക്കുന്ന ഘട്ടങ്ങളിൽ അരമണിക്കൂർ നേരംവരെ രോഗിയെ ഞാൻ നനഞ്ഞ പുതപ്പിനുള്ളിൽ പൊതിഞ്ഞുവച്ചിട്ടുമുണ്ട്. ഒടുവിൽ ഇതു വിയർപ്പിൽ അവസാനിച്ചിട്ടുമുണ്ട്. ചിലപ്പോൾ വിയർപ്പില്ലായിരിക്കും. പക്ഷേ, രോഗി ഉറങ്ങിപ്പോകും. അങ്ങനെയുള്ളപ്പോൾ അയാളെ ഉണർത്തരുത്. നനഞ്ഞ തുണിപ്പൊതി ആശ്വാസപ്രദമായ ഫലം ഉളവാക്കിയെന്നും രോഗിക്കു നല്ല സുഖമാണെന്നുമാണ് ഉറക്കം കാണിക്കുന്നത്. നനഞ്ഞ തുണിപ്പൊതിമൂലം ചൂടു നിസ്സംശയം ഒന്നോ രണ്ടോ ഡിഗ്രി താഴുന്നു.

മുപ്പതിൽപരം വർഷങ്ങൾക്കുമുമ്പാണ്, എന്റെ രണ്ടാമത്തെ മകൻ രണ്ടു ശ്വാസകോശത്തിലും നീർക്കെട്ടും (ഡബിൾ ന്യൂമോണിയ) ബോധക്ഷയത്തോളം എത്തിച്ച വലിയ പനിയും മൂലം കിടപ്പായതു്. അവന്റെ സ്ഥിതിയെക്കുറിച്ച് എന്നെ ഉപദേശിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന ഒരു വൈദ്യസ്നേഹിതൻണ്ടായിരുന്നു. ഞാൻ അദ്ദേഹത്തിന്റെ ചികിത്സാവിധികൾ പരീക്ഷിക്കാതിരുന്നതു് അദ്ദേഹത്തെ വളരെ വ്യസനിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ ഞാൻ ജലചികിത്സ പരീക്ഷിച്ചുനോക്കി. പനി വളരെ കൂടുമ്പോഴെല്ലാം നനഞ്ഞ പുതപ്പു പ

തപ്പിച്ചു ഞാൻ അവനെ കിടത്തിയിരുന്നു. ആറോ ഏഴോ ദിവസത്തിനകം ചൂടു താണു. ഞാൻ ഓർമിക്കുന്നിടത്തോളം വെള്ളമല്ലാതെ മററൊന്നും അവനു നല്കിയിരുന്നില്ല. പക്ഷേ, ഓറഞ്ചുനീരു കൊടുത്തിരിക്കാം. മററൊന്നും ഇല്ല. അതിനുമേലെ സന്നിപാതജ്വരവും പിടികൂടി. അതു 42 ദിവസം നീണ്ടുനിന്നു. സാധാരണ ശുശ്രൂഷയിൽ കവിഞ്ഞു യാതൊരു ചികിത്സയുമില്ലായിരുന്നു. ആഹാരമായി ഞാനവനു പാലും വെള്ളവും കൊടുത്തു. ദിവസംതോറും ചൂടുവെള്ളത്തിൽ തുണി മുക്കിപ്പിഴിഞ്ഞു ചൂടുവച്ചിരുന്നു. അവൻ പൂർണമായും സുഖംപ്രാപിച്ചു. ഇന്നു് എന്റെ നാലു പുത്രന്മാരിൽ അവനാണു് ഏററവും ശക്തനും ആരോഗ്യവാനും. ആ ചികിത്സകൊണ്ടു് അവനു യാതൊരു ദോഷവുമുണ്ടായില്ലെന്നെങ്കിലും പറയേണ്ടതാണു്.

ചൂടു്, ചൊറി, മററുതരത്തിൽ തൊലിപ്പുറത്തുള്ള ചൊറിച്ചിലുകൾ, മണ്ണൻ (അഞ്ചാംപനി), വസൂരി തുടങ്ങിയവയുടെ ചികിത്സയ്ക്കും നനഞ്ഞ തുണികൊണ്ടുള്ള പൊതിച്ചൽ വളരെ ഉപയോഗപ്രദമാണു്. ഈ സുഖക്കേടുകൾക്കു് ഒരു വലിയ പങ്കു രോഗികളിൽ ഞാൻ ഇതു പരീക്ഷിച്ചിട്ടുണ്ടു്. വസൂരിക്കും, മണ്ണനുംവേണ്ടിയാണെങ്കിൽ വെള്ളത്തിനു ഒരു ചുവപ്പുനിറം ഉണ്ടാകാൻ വേണ്ടത്ര പൊട്ടാസ്യം പെർമാൻഗനേററു ചേർത്തു. ഈ രോഗികൾക്കുവേണ്ടി ഉപയോഗിക്കുന്ന വിരിപ്പുകൾ, പിന്നീടു തിളയ്ക്കുന്ന വെള്ളത്തിൽ മുക്കി വേണ്ടത്ര തണുക്കുന്നതുവരെ അതിൽ ഇട്ടു രോഗാണുക്കളെ നശിപ്പിച്ചു പിന്നീടു സോപ്പുവെള്ളം ഉപയോഗിച്ചു നനയ്ക്കണം.

രക്തസഞ്ചാരം കുറഞ്ഞ രോഗികളിൽ കാലിലെ മാംസപേശികൾക്കു വീക്കമുണ്ടാവുകയും കാലുകളിൽ ഒരു പ്രത്യേകതരം വേദനയും അസുഖകരമായ അനുഭവവും ഉണ്ടാകയും ചെയ്യുന്നു. അപ്പോൾ മഞ്ഞുകട്ടകൊണ്ടു തിരുമ്മിയാൽ വളരെയേറെ ഗുണം ഉണ്ടാകുന്നുണ്ടു്. വേനൽക്കാലമാസങ്ങളിൽ ഈ ചികിത്സ കുറെക്കൂടി ഫലപ്രദമാണു്. ക്ഷീണിതനായ ഒരു രോഗിയെ മഞ്ഞുകട്ടകൊണ്ടു ശൈത്യകാലത്തു തിരുമ്മുന്നതു അപകടകരമായിത്തീർന്നേക്കാം.

ചൂടുവെള്ളത്തിന്റെ ചികിത്സാ സാദ്ധ്യതകളെക്കുറിച്ചു് ഇനി ഏതാനും ചില കാര്യങ്ങൾ പറയാം. പല രോഗങ്ങളുടെ കാര്യത്തിലും ചൂടു വെള്ളത്തിന്റെ ബുദ്ധിപൂർവകമായ ഉപയോഗം രോഗിക്കു സുഖം നൽകുന്നുണ്ടു്. എല്ലാത്തരം ക്ഷതങ്ങൾക്കും, അത്തരം മററു പലതിനും അയഡിന്റെ പ്രയോഗം വളരെ പ്രചാരമുള്ള ഒരു പ്രതിവിധിയാണു്. ഇത്തരം മിക്ക രോഗങ്ങളിലും ചൂടുവെള്ളത്തിന്റെ പ്രയോഗവും തുല്യമായ ഫലം ചെയ്യും. വിങ്ങിയതും മുറിപ്പെട്ടതുമായ ഭാഗങ്ങളിൽ അയഡിൻ ദ്രാവകം പുരട്ടാറുണ്ടു്. ചൂടുവെള്ളംകൊണ്ടു ആവി കൊള്ളിക്കുന്നതും അത്രതന്നെ ആശ്വാസം

നൽകും. ചിലപ്പോഠം അതിൽ കൂട്ടതലും. ചെവിക്കത്തിനും അയഡിൻതുള്ളികഠം ഉപയോഗിക്കുന്നു. ചൂടുവെള്ളംകൊണ്ടു് ചെവികഴുകുന്നതും ഇത്തരം മിക്ക രോഗികളിലും വേദന ഭേദമാക്കുവാൻ ഇടയുണ്ടു്. അയഡിൻെറ ഉപയോഗത്തിൽ ചില അപകടങ്ങളുമുണ്ടു്. ഈ മരുന്നു രോഗിയിൽ ദോഷമുള്ള പ്രതികരണങ്ങഠം ഉണ്ടാക്കിയെന്നു വരാം. മറെറന്തെങ്കിലുമാണെന്നു തെററുധരിച്ചു് അയഡിൻ അകത്തു കഴിക്കുന്നതു നാശകരമാണു്. എന്നാൽ ചൂടുവെള്ളമുപയോഗിക്കുന്നതിൽ യാതൊരു തരത്തിലുള്ള അപകടവുമില്ല. അയഡിൻ ദ്രാവകംപോലെതന്നെ, തിളയ്ക്കുന്ന വെള്ളവും രോഗം പടർന്നുപിടിക്കാൻ അനുവദിക്കാത്ത ഒന്നാണു്. അയഡിൻെറ പ്രയോജനത്തെ ചെറുതാക്കിക്കാണിക്കയോ, എല്ലാ കാര്യങ്ങളിലും ചൂടുവെള്ളം അയഡിനുപകരം ഉപയോഗിക്കാമെന്നു നിർദേശിക്കയോ അല്ല എൻെറ ഉദ്ദേശ്യം. ഏററവും ഉപയോഗപ്രദവും അത്യാവശ്യകവുമായി ഞാൻ കരുതുന്ന ചുരുക്കം ചില മരുന്നുകളിൽ ഒന്നാണു് അയഡിൻ. പക്ഷേ അതു വിലകൂടിയ ഒന്നാണു്. ഒരു സാധുവിനു് അതു വാങ്ങിക്കാൻ സാധിക്കയില്ല. മാത്രമല്ല, അപകടം കൂടാതെ അതു് എല്ലാവക്കും ഉപയോഗിക്കാനും സാദ്ധ്യമല്ല. എന്നാൽ വെള്ളം എവിടേയും ലഭിക്കും. വളരെ എളുപ്പം ലഭിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് അതിൻെറ ചികിത്സാമൂല്യം നാം അവഗണിക്കരുതു്. സാധാരണ ഗാർഹികചികിത്സാമാർഗങ്ങളെപ്പററി അറിഞ്ഞിരിക്കുന്നതു പല ആപൽസന്ധികളിലും ഒരു അനുഗ്രഹമായി അനുഭവപ്പെടുന്നു.

എല്ലാ പ്രതിവിധികളും പരാജയപ്പെട്ട തേഠം കടിച്ച ഒരു രോഗിയിൽ കടികൊണ്ട ഭാഗം ചൂടുവെള്ളത്തിൽ മുക്കിയതുകൊണ്ടു വേദനയ്ക്കു ഏറെക്കുറെ ശമനമുണ്ടായതായി അനുഭവപ്പെട്ടു.

രോഗിയെ നല്ലവണ്ണം പുതപ്പിച്ചു ഒരു മുറിയിലിരുത്തി ചുററം തിളച്ച വെള്ളം നിറച്ച തൊട്ടികഠംവച്ചോ, മറേറതെങ്കിലും തരത്തിൽ മുറിയിലെ വായുവിനെ ആവികൊണ്ടു സാന്ദ്രമാക്കിയോ അയാളുടെ വിറയലും കുളിരും കുറയ്ക്കുവാൻ കഴിയും. റബ്ബറുകൊണ്ടുള്ള ഒരു ചൂടുവെള്ളസഞ്ചിയാണു് ഏററവും ഉപയോഗപ്രദം. എന്നാൽ അതു് എല്ലാ വീടുകളിലും സുലഭമല്ല. നല്ലവണ്ണം മുറുകി അടയുന്ന കോക്കുള്ള ഒരു കണ്ണാടിക്കുപ്പി ചൂടുവെള്ളം നിറച്ചു് ഒരു കഷണം തുണിയിൽ പൊതിഞ്ഞു് ഇതേ ആവശ്യം നിർവഹിക്കാം. ചൂടുവെള്ളം ഒഴിക്കുമ്പോഠം പൊട്ടിപ്പോകാത്ത കുപ്പികഠം തിരഞ്ഞെടുക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം.

കുറെക്കൂടി വിലപ്പെട്ട ഒരു രോഗനിവാരണോപാധിയാണു് ആവി. രോഗിയെ വിയർപ്പിക്കുന്നതിനു് ഇതുപയോഗിക്കാം. രക്തവാതത്തിനും മററു സന്ധിവേദനകഠംക്കും ജലബാഷ്പസ്നാനം

ഏററവും ഉപയോഗപ്രദമാണ്. ജലബാഷ്പസ്നാനം നടത്തുന്നതി ന്റെ ഏററവും എളുപ്പമുള്ളതും ഏററവും പ്രാചീനവുമായ രീതി ഇതാ ണ്. ഇഴ അകന്നതും എന്നാൽ ബലമായി വരിഞ്ഞിട്ടുള്ളതുമായ ഒരു കട്ടിലിൽ ഒന്നോ രണ്ടോ വിരിപ്പുകൾ വിരിക്കുക. കട്ടിലിന്റെ അടിയിൽ തിളച്ച വെള്ളം നിറച്ച ഒന്നോ രണ്ടോ മൂടിയ പാത്രങ്ങ ളും വയ്ക്കുക. രോഗിയെ കട്ടിലിൽ ചരിയാതെ നിവർത്തി കിട ത്തുക. പുതപ്പിന്റെ അരികുകൾ തറയിൽ മുട്ടി ആവി പുറത്തേയ്ക്കു പോകാതെയും പുറമെയുള്ള വായു അകത്തേക്കു കടക്കാതെയും ഇരി ക്കത്തക്കവിധം രോഗിയെ മൂടുക. മേൽപ്പറഞ്ഞ മാതിരി എല്ലാം ഒരുക്കിയതിനുശേഷം തിളച്ച വെള്ളം നിറച്ച പാത്രങ്ങളുടെ അടപ്പു കൾ മാററുക ഉടൻ തന്നെ ആവി പുതപ്പുകൾക്കിടയിൽ കിടക്കുന്ന രോഗിക്കു ലഭിക്കുന്നു. ഒന്നോ രണ്ടോ പ്രാവശ്യം വെള്ളം മാറേറണ്ട ആവശ്യമുണ്ടായിരിക്കും. ഇന്ത്യയിൽ സാധാരണമായി വെള്ളം തി ളച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതിനു പാത്രങ്ങളുടെ അടിയിൽ തീ കത്തിച്ചി രിക്കും. അങ്ങനെ ചെയ്താൽ തുടർച്ചയായി ആവി പുറപ്പെട്ടുകൊ ണ്ടിരിക്കുമെന്നുള്ളതു തീർച്ചയാണ്. പക്ഷേ അപകടങ്ങൾ അതോ ടൊപ്പം ഉണ്ടായേക്കാമെന്ന ഭീതിയുണ്ട്. ഒരൊററ തീപ്പൊരി; വി രിപ്പുകൾക്കോ, കട്ടിലിനോ തീപിടിച്ചു രോഗിയുടെ ജീവൻ അപ കടത്തിലാവാൻ കാരണമായേക്കാം. അതുകൊണ്ടു ഞാൻ വിവരി ച്ച രീതി അതു മന്ദവും ശ്രമാവഹവുമാണെങ്കിലും ഉപയോഗിക്കുന്ന താണു നല്ലതു്.

ആവി ഉണ്ടാക്കുന്നതിനുപയോഗിക്കുന്ന വെള്ളത്തിൽ ചിലർ വേപ്പിലയോ മററു പച്ചമരുന്നുകളോ ചേർക്കാറുണ്ട്. ആവിയുടെ വീര്യം ഇവ ചേർക്കുന്നതുകൊണ്ടു കൂടുമോ എന്നെനിക്കറിയില്ല. ഉദ്ദേ ശ്യം വിയർപ്പുണ്ടാക്കുക എന്നതാണ്. അതു വെറും ആവികൊണ്ടു ലഭിക്കുന്നുണ്ട്.

കാലിനു മരവിപ്പോ വേദനയോ ഉള്ളപ്പോൾ, സഹിക്കാവുന്നി ടത്തോളം ചൂടുള്ള വെള്ളത്തിൽ കാലുകൾ മുട്ടുവരെ മുങ്ങത്തക്കവിധം രോഗിയെ ഇരുത്തണം. കുറച്ചു കടുകുപൊടിയും വെള്ളത്തിൽ ചേ ർക്കണം. പാദസ്നാനം 15 മിനിററിൽ കൂടരുതു്. ഈ ചികിത്സ ഒരു പ്രത്യേക സ്ഥാനത്തെ രക്തസഞ്ചാരത്തെ മെച്ചപ്പെടുത്തുകയും ഉടന ടി ആശ്വാസം കൊടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ജലദോഷത്തിനും തൊണ്ടവേദനയ്ക്കും സാധാരണ ചായക്കെ ററിൽ മാതിരി നീണ്ട തണ്ടോടുകൂടിയ ഒരു ആവിക്കെററിൽ മൂക്കി ലും തൊണ്ടയിലും ആവി പിടിക്കുന്നതിന് ഉപയോഗിക്കാം. ആവ ശ്യമുള്ളത്ര നീണ്ട ഒരു റബർക്കുഴൽ ഏതൊരു കെററിലിലും ഘടി പ്പിച്ച് ഈ ഉദ്ദേശ്യത്തിനുപയോഗിക്കാം.

4

3 ആകാശം

മററു നാലു പദാർത്ഥങ്ങളുംപോലെ ആകാശവും തർജ്ജമ ചെയ്യാൻ പ്രയാസമുള്ള ഒരു വാക്കാണ്. 'പാനി' എന്നു പറഞ്ഞാൽ മൂലാർത്ഥത്തിൽ വെറും വെള്ളമല്ല. 'വായു' കാററും, 'പൃഥ്വി' മണ്ണും, 'തേജസ്സ്' പ്രകാശവുമല്ല. 'ആകാശം' അതുപോലും ഈതറല്ല. ഒരുപക്ഷേ, ഇതിനോട് ഏററവും അടുപ്പമുള്ള പര്യായപദം വെറും വാക്കിൻെറ അർത്ഥത്തിൽമാത്രം എടുക്കയാണെങ്കിൽ 'ശൂന്യത' ആണ്. അതാകട്ടെ മൂലപദത്തിൻെറ അർത്ഥദ്യോതനത്തിന് അശേഷം പര്യാപ്തവുമല്ല. എന്നാൽ ഇവ അഞ്ചും മൂലാർത്ഥത്തിൽ ജീവനോളംതന്നെ സജീവമാണ്. ആകാശം എന്നുള്ളതിന് ഏററവും അടുത്തപദമായി 'ഈതർ' എന്നതു് എടുക്കുകയാണെങ്കിൽ, ഇതിനെക്കുറിച്ച നമുക്കു വളരെ കുറച്ചേ അറിയാവൂ എന്നും ആകാശത്തെസംബന്ധിച്ച് അതിലും കുറച്ചേ അറിയാവൂ എന്നും പറയേണ്ടിവരും. അതിൻെറ ചികിത്സാപരമായ പ്രയോജനത്തെ സംബന്ധിച്ചുള്ള നമ്മുടെ അറിവ് അതിലും പരിമിതമാണ്. ഭൂമിയേയും, അതിനെ വലയം ചെയ്യുന്ന അന്തരീക്ഷത്തെയും ചുററിയുള്ള ശൂന്യമണ്ഡലത്തെയാണ് ആകാശംകൊണ്ടുദ്ദേശിക്കുന്നതു്. തെളിച്ചമുള്ള ഒരു ദിവസം മുകളിലേക്കു നോക്കുകയാണെങ്കിൽ, ആകാശം എന്നറിയപ്പെടുന്ന ഭംഗിയേറിയ നീലവിതാനം ഒരാൾക്കു കാണാവുന്നതാണ്. നമ്മെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഈ ആകാശം അഥവാ ഈതർ അനന്തമാണ്. എല്ലാവശത്തും നാം അതിനാൽ ചുററപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. അതില്ലാത്ത ഒരു മുക്കോ മൂലയോ ഇല്ല. സാധാരണയായി, ഉയരത്തിൽ സ്ഥിതിചെയ്യുന്ന എന്തോ ഒന്നായി ആകാശത്തെ നാം വിഭാവന ചെയ്യുന്നു. അതു നമുക്കു മുകളിലായുള്ള നീലവിതാനമാണ്. എന്നാൽ ആകാശം നമുക്കു മുകളിലുള്ളിടത്തോളംതന്നെ താഴേയും, അതുപോലെതന്നെ ചുററുപാടും ഉണ്ടു്. അതുകൊണ്ടു് ആകാശം ഗോളാകാരമാണ്. എല്ലാവരും അതിനുള്ളിലുമാണ്. അളക്കാൻവയ്യാത്ത ബാഹ്യതലമുള്ള ഒരു ആവരണമാണതു്. ആകാശത്തിൻെറ കീഴ്പാളി അനേകനാഴിക ദൂരത്തേക്ക് വായുകൊണ്ടു നിറഞ്ഞതാണ്. ഇതില്ലായിരുന്നുവെങ്കിൽ മനുഷ്യനു് ശൂന്യത ഉണ്ടായിരുന്നാൽത്തന്നെയും, ശ്വാസംമുട്ടുമായിരുന്നു. നമുക്ക് വായു കാണുവാൻ സാദ്ധ്യമല്ല, ശരിതന്നെ. എന്നാൽ ചലിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ നമുക്കതു് അനുഭവപ്പെടും. ആകാശം അഥവാ ഈതർ അന്തരീക്ഷത്തിൻെറ ആസ്ഥാനമാണ്. ഒരു ഒഴിഞ്ഞ കുപ്പിയിൽനിന്നു് വായുവിനെ പമ്പുപയോഗിച്ച പുറത്തുകളഞ്ഞു് ശൂന്യത സൃഷ്ടിക്കാം. എന്നാൽ ശൂന്യതയെത്തന്നെ പമ്പുചെയ്തു പുറത്താക്കാൻ ആർക്കു കഴിയും? അതാണ് ആകാശം.

4. Key to Health, (1942) pp. 75—81

ആരോഗ്യം നിലനിർത്തുന്നതിനായാലും, വീണ്ടെടുക്കുന്നതിനായാലും ആകാശത്തെ നമുക്കുപയോഗിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ജീവിതം നിലനിർത്തുന്നതിനു വായു അത്യന്താപേക്ഷിതമായതുകൊണ്ട്, പ്രകൃതി വായുവിനെ സർവ്വവ്യാപിയാക്കിയിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ വായുവിൻെറ ഈ സർവവ്യാപകത ആപേക്ഷികമാണ്. യഥാർത്ഥത്തിൽ അതു് അനന്തമല്ല. ഭൂമിയിൽനിന്നു് ഏതാനും നാഴിക ഉയരത്തിലപ്പുറം വായുവില്ലെന്നു ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ പറയുന്നു. അന്തരീക്ഷത്തിനു പുറത്തു് ഭൂമിയിലെ ജീവികൾക്കു നിലനിൽക്കാൻ സാധിക്കയില്ലെന്നു് പറയപ്പെടുന്നു. ഈ പ്രസ്താവന ശരിയോ, തെററോ ആയിരിക്കാം. ഇവിടെ ഇപ്പോൾ നമുക്കറിയേണ്ടതു്, ആകാശം അന്തരീക്ഷത്തിനു പുറത്തു വ്യാപരിച്ചുകിടക്കുന്നുവെന്നുള്ളതാണ്. ഇന്നു് ഈതർ എന്നു വിളിക്കുന്നതു്, ആകാശമെന്ന ശൂന്യസ്ഥലത്തെ നിറയ്ക്കുന്ന എന്തോ ഒന്നു് ആണെന്നു ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ ഒരുകാലത്തു തെളിയിച്ചേക്കും. അപ്പോൾ വായുവിനെയോ, ബഹിരാകാശത്തെയോ ഉൾക്കൊള്ളാത്ത ശൂന്യസ്ഥലത്തിനു് ഒരു പുതിയ പേരു് കണ്ടുപിടിക്കേണ്ടിവരും. അതെങ്ങനെയുമാകട്ടെ, നമുക്കു ചുററുമുള്ള ശൂന്യസ്ഥലം ഏററവും വിഷമം പിടിച്ചതാണ്. ഈ ശരീരത്തിൻെറതന്നെ അത്ഭുതരഹസ്യം വ്യക്തമാക്കാതെ, നമുക്കതിൻെറ രഹസ്യവും വ്യക്തമാക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. ഇത്രമാത്രം പറയാം. ആകാശമെന്ന ഈ മഹത്തായ മൂലധാതുവിനെ നാം എത്രത്തോളം ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നുവോ, അത്രത്തോളം നാം ആരോഗ്യമുള്ളവരായിരിക്കും. പഠിച്ചിരിക്കേണ്ട ഒന്നാമത്തെ പാഠമിതാണ്: നമുക്കും ആകാശത്തിനും—അതായതു് വളരെ അടുത്തും അതേസമയം വളരെ ദൂരെയുമായ അനന്തതയ്ക്കും—തമ്മിൽ ഒരു അതിരും ഇടരുതു്. വീടുകളുടെയും, മേൽക്കൂരകളുടെയും, വസ്ത്രങ്ങളുടെതന്നെയും പ്രതിബന്ധംകൂടാതെ നമ്മുടെ ശരീരത്തിനു് ആകാശവുമായി സമ്പർക്കമുണ്ടാവാൻ സാധിക്കുമെങ്കിൽ, നാം ഏററവുമധികം, ആരോഗ്യം അനുഭവിക്കാൻ ഇടയുണ്ട്. അതു് എല്ലാവർക്കും സാദ്ധ്യമല്ല. എന്നാൽ എല്ലാവർക്കും ഈ പ്രസ്താവനയുടെ സാധുത അംഗീകരിക്കാൻ കഴിയും. കഴിയുകയും വേണം. അതനുസരിച്ചു ജീവിതം രൂപപ്പെടുത്തണം. പ്രയോഗത്തിൽ എത്രത്തോളം ഈ അവസ്ഥയോടടുത്തു ചെല്ലാൻ നമുക്കു കഴിയുമോ, അത്രത്തോളം സംതൃപ്തിയും മനസ്സമാധാനവും നാം അനുഭവിക്കും. ഈ ചിന്താപരമ്പര അതിൻെറ അങ്ങേയററത്തെത്തിയാൽ, അനന്തതയിൽനിന്നു് മനുഷ്യനെ വേർതിരിക്കുന്ന ഒരു പ്രതിബന്ധമാണ് ഈ ശരീരംപോലും എന്ന അവസ്ഥയിൽ അതു നമ്മെ എത്തിക്കും. ഈ സത്യം മനസ്സിലാക്കുകയെന്നാൽ, ശരീരത്തിൻെറ വിലയനത്തിൽ ഉദാസീനത തോന്നുക എന്നാണർത്ഥം. അനന്തതയിൽ സ്വയം വിലയം പ്രാപിക്കുകയെന്നതു്, അവനവനെ കണ്ടെത്തലാണ്. അങ്ങനെ ശരീരം സുഖാനുഭൂതിക്കുള്ള ഒരുപാധിയാണെന്ന അവസ്ഥ അവസാനി

ക്കുന്നു. അനന്തതയുമായുള്ള ഈ ഐക്യം സാക്ഷാത്കരിക്കാൻ മനുഷ്യൻ തന്റെ ശരീരത്തെ ഉപയോഗിക്കണം. ഈ സംരംഭത്തിനിടയ്ക്ക് താൻതന്നെ വലയം ചെയ്തിരിക്കുന്ന മുഴുവൻ ജീവരാശിയുടേയും ഒരു ഭാഗമാണെന്നും, ആ ജീവരാശിതന്നെയാണെന്നും അയാൾ കണ്ടെത്തും. മനുഷ്യസേവനവും, അതിൽക്കൂടിയുള്ള ഈശ്വരനെ കണ്ടെത്തലും എന്നാണ് ഇതിനർത്ഥമാക്കേണ്ടത്.

ഈ ഉയർന്നപറക്കലിൽനിന്നു തിരിച്ചെത്തിയാൽ, ചിന്തകന്റെ ചുററുപാടുകൾ കഴിയുന്നിടത്തോളം ചുരുക്കിടാൻ ഈ ചിന്താപരമ്പര അയാളെ പ്രേരിപ്പിക്കുമെന്നു കാണാം. അനാവശ്യമായ വീട്ടുസാമാനങ്ങൾകൊണ്ട് അവൻ വീടു നിറയ്ക്കുകയില്ല. അത്യാവശ്യമുള്ള വസ്ത്രങ്ങൾ മാത്രമേ അവൻ ഉപയോഗിക്കൂ. മിക്ക വീടുകളും, വാസ്തവത്തിൽ അനാവശ്യവും, നിഷ്പ്രയാസം വേണ്ടെന്നുവെയ്ക്കാവുന്നതുമായ അലങ്കാരസാധനങ്ങളും വീട്ടുസാമാനങ്ങളുംകൊണ്ട് നിറച്ചിരിക്കും. ലളിതജീവിതം നയിക്കുന്ന ഒരാൾക്ക് ഈ ചുററുപാടിൽ ശ്വാസംമുട്ടൽ തോന്നും. ഇവയെല്ലാം പൊടി, അണുക്കൾ, ക്ഷുദ്രജീവികൾ തുടങ്ങിയവയെ വച്ചുപുലർത്തുന്നതിനുള്ള ഉപാധികളല്ലാതെ മറെറാന്നുമല്ല. എന്നെ തടങ്കലിൽവച്ചിരിക്കുന്ന ഈ വീട്ടിൽ എനിക്കു ഏകാന്തതയും നിസ്സഹായതയും അനുഭവപ്പെടുന്നു. ഭീമാകാരമായ സാമാനങ്ങൾ, കസേരകൾ, മേശകൾ, സോഫകൾ, കട്ടിലുകൾ അസംഖ്യം കണ്ണാടികൾ ഇവയെല്ലാം എന്നെ തളർത്തുന്നു. തറയിലെ വിലപിടിച്ച പരവതാനികൾ ധാരാളം പൊടി ശേഖരിക്കയും, ക്ഷുദ്രജീവികളുടെ വർദ്ധനവിനു കാരണമായി വർത്തിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ഒരുദിവസം പൊടി തട്ടുന്നതിനു മുറികളിൽ ഒന്നിലെ പരവതാനി പുറത്തെടുക്കുകയുണ്ടായി. അതു് ഒരാൾക്കു ചെയ്യാവുന്ന ജോലിയല്ലായിരുന്നു. ആറു് ആളുകൾ ആ ജോലിക്കു് ഉച്ചതിരിഞ്ഞുള്ള സമയം മുഴുവൻ ഉപയോഗിച്ചു. അവർ കുറഞ്ഞപക്ഷം 10 പൗണ്ടു് പൊടിയെങ്കിലും മാററിക്കാണും. പരവതാനി തിരികെ ഇട്ടപ്പോൾ അതിനൊരു പുതിയ മട്ടുതന്നെ ഉള്ളതായി തോന്നി. ദിവസവും ഈ പരവതാനികൾ പുറത്തെടുത്തു പൊടിതട്ടാൻ സാധിക്കയില്ല. അങ്ങനെ ചെയ്താൽ പരവതാനികൾ ചീത്തയാകയും, ജോലിച്ചെലവു് വളരെ കൂടുകയും ചെയ്യും. എന്നാൽ ഇതു് ആനുഷംഗികമായി പറഞ്ഞുവെന്നേയുള്ളൂ ഞാൻ പറയാനുദ്ദേശിച്ചതു് ഇതാണ്; അനന്തതയുമായി യോജിച്ചുപോകുന്നതിനുള്ള എന്റെ ആഗ്രഹം ജീവിതത്തിലെ പല വൈഷമ്യങ്ങളിൽനിന്നും എന്നെ രക്ഷിച്ചിട്ടുണ്ടു്. വീട്ടുകാര്യങ്ങളുടെയും, വസ്ത്രത്തിന്റെയും കാര്യത്തിൽ മാത്രമല്ല, ജീവിതരീതിയിൽത്തന്നെ പൂർണമായ ലാളിത്യത്തിലേക്കു് അതെന്നെ നയിച്ചിട്ടുണ്ടു്. ചുരുക്കത്തിലും പ്രതിപാദ്യവിഷയത്തിന്റെ ഭാഷയിലും പറയുകയാണെങ്കിൽ, ആകാശവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടുകൊണ്ടു് ഞാൻ കൂടുതൽ

കൂടുതൽ സൃഷ്ടികരം ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നിട്ടുണ്ട്. ഈ ബന്ധത്തിന്റെ വളർച്ചയോടുകൂടി ആരോഗ്യത്തിന്റെ അഭിവൃദ്ധിയും ഉണ്ടായി. എനിക്കു കൂടുതൽ സംതൃപ്തിയും മനസ്സമാധാനവും ഉണ്ടായി. സമ്പാദിച്ചുവയ്ക്കാനുള്ള ആഗ്രഹവും മിക്കവാറും എന്നിൽനിന്നു മറഞ്ഞു. അനന്തതയുമായി ബന്ധത്തിലേർപ്പെടുന്നവനു യാതൊന്നും സ്വന്തമായില്ല. എന്നാൽ എല്ലാം അവന്റെ സ്വന്തവുമാണ്. അവസാനമായ അപഗ്രഥനത്തിൽ, തനിക്ക് ന്യായമായി ഉപയോഗിക്കാനും സ്വാംശീകരിക്കാനും സാധിക്കുന്ന വസ്തുക്കളുടെമേൽ മാത്രമേ മനുഷ്യനു ഉടമസ്ഥതയുള്ളൂ. എല്ലാവരും ഈ നിയമം പിൻതുടരുകയാണെങ്കിൽ എല്ലാവർക്കും വേണ്ടത്ര ഇടമുണ്ടാകയും, ക്ഷാമമോ അമിതമായ ജനബാഹുല്യമോ ഇല്ലാതാകയും ചെയ്യും.

തുറന്ന സ്ഥലത്തു കിടന്നുറങ്ങണമെന്നു നിഷ്കർഷയുണ്ടായിരിക്കണമെന്നു ഇതിൽനിന്നു സിദ്ധിക്കുന്നു. തണുപ്പ്, മഞ്ഞു, എന്നിങ്ങനെയുള്ള കാലാവസ്ഥയുടെ പ്രാതികൂല്യങ്ങളിൽ നിന്നു സ്വയം സംരക്ഷിക്കുന്നതിനു വേണ്ടത്രേ പുതപ്പ് ഉപയോഗിക്കണം. മഴക്കാലത്തു്, ഭിത്തികളൊന്നുമില്ലാതെ കുടപോലുള്ള മേൽക്കൂര മഴ നനയാതിരിക്കാനായി ഉപയോഗിക്കണം. മറ്റെല്ലാക്കാലത്തും, ആകാശത്തിന്റെ സദാ മറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന മനോഹരമായ വിശാലദൃശ്യം കണ്ണുതുറക്കുമ്പോളെല്ലാം കണ്ടാസ്വദിക്കുമാറു്, നക്ഷത്രശോഭിതമായ ആ നീലമേൽക്കട്ടിതന്നെയായിരിക്കണം ഒരാളുടെ മേൽപ്പുര. ആ കാഴ്ച അയാൾക്കു ഒരിക്കലും മടുപ്പുണ്ടാക്കുകയില്ല. അതവന്റെ കണ്ണിനെ മഞ്ചിപ്പിക്കുകയോ വേദനിപ്പിക്കുകയോ ചെയ്യുകയില്ല. നേരേമറിച്ചു് അതു് അവനു് ഒരു കുളുർമ്മയുടെ അനുഭവമുണ്ടാക്കുന്നു. വിവിധ നക്ഷത്രസമൂഹങ്ങൾ അവയുടെ പ്രൗഢിയിലങ്ങനെ പൊങ്ങി ഒഴുകി നിൽക്കുന്നതു് ശ്രദ്ധിക്കുക. കണ്ണുകൾക്കു് ഒരുത്സവമാണ്. തന്റെ സകലവിചാരങ്ങളുടെയും സജീവസാക്ഷികളായി നക്ഷത്രങ്ങളെ കണക്കാക്കി അവയുമായി സമ്പർക്കം പുലർത്തുന്നവൻ എന്തെങ്കിലും നന്മയോ അശുദ്ധിയോ തന്റെ മനസ്സിൽ കടന്നുകൂടുന്നതിനു് അനുവദിക്കില്ല; ശാന്തവും ഉന്മേഷകരവുമായ നിദ്ര ആസ്വദിക്കയും ചെയ്യും.

മുകളിലുള്ള ആകാശത്തുനിന്നും, നമ്മുടെ ഉള്ളിലും നമ്മുടെ തൊട്ടു ചുററിനുമുള്ള ആകാശത്തിലേക്കു നമുക്കിറങ്ങാം. തൊലിയിൽ അനേകകോടി സുഷിരങ്ങളുണ്ടു്. ഈ സുഷിരങ്ങളുടെ ഉള്ളിലെ ശൂന്യമായ സ്ഥലം അടസ്സുകയാണെങ്കിൽ നാം മരിച്ചുപോകും. അതുകൊണ്ടു ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ സുഷിരങ്ങൾ അടയുന്നതു് ആരോഗ്യത്തിന്റെ സമീകൃതമായ ഗതിക്കു് ബാധകമായിത്തീരും. അതുപോലെ ദഹനേന്ദ്രിയത്തെ അനാവശ്യമായ ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾകൊണ്ടു നിറയ്ക്കരുതു്. നമുക്കു ആവശ്യമുള്ളത്ര ആഹാരമേ നാം കഴിക്കാവൂ. അതിൽ ഒട്ടും കൂടരുതു്. ഒരാൾ അറിയാതെ ആവശ്യ

ത്തിൽ കൂടുതൽ കഴിക്കുകയോ, ദഹിക്കാനാവാത്ത പദാർത്ഥങ്ങൾ ഭക്ഷിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നു. ഇടയ്ക്കിടയ്ക്കു ഉപവാസം—ഒരാഴ്ചയിലോ, രണ്ടാഴ്ചയിലോ ഒരിക്കൽ—അനുഷ്ഠിക്കുന്നതു് സമനില പാലിക്കാൻ ഉപകരിക്കും. ഒരുദിവസം മുഴുവൻ ഉപവസിക്കുന്നതിനു് ഒരാൾക്കു സാദ്ധ്യമല്ലെങ്കിൽ, ഒരുദിവസം ഒന്നോ രണ്ടോ നേരത്തെ ഭക്ഷണം ഉപേക്ഷിക്കണം. പ്രകൃതി, ശൂന്യതയെ വെറുക്കുന്നുവെന്നു പറയുന്നതു ഭാഗികമായ സത്യമാണു്. പ്രകൃതി ശൂന്യതയെ സ്ഥിരമായി ആവശ്യപ്പെടുന്നു. നമുക്കു ചുററുമുള്ള വിശാലമായ ശൂന്യത ഈ സത്യത്തിനു ശാശ്വതമായ സാക്ഷ്യമാണു്.

5

4. *സൂര്യൻ*

നാം നേരത്തെ പ്രതിപാദിച്ച മററു മൂലപദാർത്ഥങ്ങളുടെ കാര്യത്തിലെന്നപോലെ, മനുഷ്യനു് സൂര്യപ്രകാശമില്ലാതെയും കഴിയുക സാദ്ധ്യമല്ല പ്രകാശത്തിൻെറയും, ചൂടിൻെറയും ഉറവിടമാണു് സൂര്യൻ. സൂര്യൻ ഇല്ലായിരുന്നുവെങ്കിൽ, വെളിച്ചമോ ചൂടോ ഉണ്ടാകയില്ലായിരുന്നു. നിർഭാഗ്യവശാൽ നാം സൂര്യപ്രകാശത്തെ പൂർണ്ണമായി ഉപയോഗിക്കുന്നില്ല. തൽഫലമായി പൂർണ ആരോഗ്യം ആസ്വദിക്കാൻ നമുക്കു സാധിക്കുന്നുമില്ല.

ജലസ്നാനവും, സൂര്യസ്നാനവും പരസ്പരം വച്ചുമാററാൻ ആവാത്തതാണെങ്കിലും, സാധാരണ ജലസ്നാനംപോലെതന്നെ സൂര്യസ്നാനവും ഉപയോഗപ്രദമാണു്. ക്ഷീണവും രക്തസംക്രമണമാന്ദ്യവുമുള്ളപ്പോൾ അനാവൃതശരീരത്തിൽ പ്രഭാതസൂര്യപ്രകാശം ഏൽക്കുന്നതു് എല്ലാത്തിനും പററിയ ഒരു സാമാന്യരസായനത്തിൻെറ ഗുണം ചെയ്യുകയും സത്വപരിണാമപ്രക്രിയയെ ത്വരിതപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുന്നു. സൂര്യരശ്മിയിലെ ഏററവും ഫലപ്രദമായ സൂക്ഷ്മഘടകമാണു് അൾട്രാ വയലററ് രശ്മികൾ. അവ പ്രഭാതസൂര്യകിരണങ്ങളിൽ ധാരാളമായുണ്ടു്. രോഗിക്കു തണുപ്പു തോന്നുന്നുണ്ടെങ്കിൽ പുതച്ചുകൊണ്ടു സൂര്യപ്രകാശത്തിൽ കിടക്കയും ക്രമേണ അതിനോടു പരിചയപ്പെട്ടുകഴിയുമ്പോൾ കുറെശ്ശയായി ശരീരത്തിൻെറ കൂടുതൽ കൂടുതൽ ഭാഗങ്ങളിൽ ആ രശ്മി ഏല്പിക്കുകയും വേണം. വസ്ത്രങ്ങൾ ഒന്നും കൂടാതെ സ്വകാര്യമായ ഒരു അടച്ചുകെട്ടിനുള്ളിലോ, പൊതുജനവീക്ഷണത്തിൽനിന്നും ഒഴിഞ്ഞ ഏതെങ്കിലും ഒരു സ്ഥലത്തോ സൂര്യപ്രകാശത്തിൽ അങ്ങോട്ടുമിങ്ങോട്ടും നടന്നു സൂര്യസ്നാനം കഴിക്കാം. അത്തരം സ്ഥലങ്ങൾ കിട്ടുക എളുപ്പമല്ലെങ്കിൽ തൻെറ ഗോപ്യഭാഗങ്ങൾ ഒരു തുണ്ടു തുണികൊണ്ടോ ലങ്കോട്ടികൊണ്ടോ മറച്ചിട്ടു് ശരീരത്തിൻെറ ബാക്കി ഭാഗങ്ങളിൽ സൂര്യപ്രകാശം ഏല്പിക്കാം.

---

5. Key to Health, (1942) pp. 81—82

സൂര്യസ്നാനംകൊണ്ടു ഗുണം സിദ്ധിച്ചിട്ടുള്ള പലയാളുകളെ എനിക്കറിയാം. ക്ഷയരോഗത്തിനു് ഇതു സുവിദിതമായ ചികിത്സയാണു്. സൂര്യസ്നാനം ഇന്നു പ്രകൃതിചികിത്സയുടെ മണ്ഡലത്തിൽ മാത്രം ഒതുങ്ങിനില്ക്കുന്ന ഒന്നല്ല. പഴയ ചികിത്സാക്രമം ഇതിനെ പ്രകൃതിചികിത്സയിൽനിന്നു് എടുത്തു കുറെക്കൂടി വികസിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടു്. കണ്ണാടിയിൽക്കൂടി സൂര്യരശ്മി കടക്കാൻ അനുവദിക്കയും അതേസമയം തണുപ്പിൽനിന്നു രോഗിയെ സംരക്ഷിക്കയും ചെയ്യത്തക്കവിധം വൈദ്യന്മാരുടെ മേൽനോട്ടത്തിൽ തണുപ്പു രാജ്യങ്ങളിൽ പ്രത്യേകം കണ്ണാടിക്കെട്ടിടങ്ങൾ നിർമിച്ചിട്ടുണ്ടു്.

കണ്ടുപിടിക്കാൻ സാധ്യമല്ലാത്ത വ്രണങ്ങളുടെ നിവാരണത്തിനു് സൂര്യചികിത്സ പലപ്പോഴും സഹായിച്ചിട്ടുണ്ടു്. വിയർപ്പുണ്ടാക്കുന്നതിനു ഞാൻ പതിനൊന്നുമണിക്കു്, അതായതു് നട്ടുച്ചയ്ക്കു് അല്പംമുമ്പു് രോഗികളെ വെയിലത്തു കിടത്തിയിട്ടുണ്ടു്. ഈ പരീക്ഷണം വിജയപ്രദമാവുകയും രോഗികൾ വേഗം വിയർപ്പിൽ കുളിക്കുകയും ചെയ്തിട്ടുണ്ടു്. ഇങ്ങനെ ചെയ്യുമ്പോൾ തണുത്ത മണ്ണുകൊണ്ടുള്ള ഒരു പോൾട്ടീസുകൊണ്ടു സൂര്യരശ്മിയിൽനിന്നും ശിരസ്സിനെ രക്ഷിച്ചുകൊള്ളണം. വാഴയിലയോ മററിലകളോ തലയും മുഖവും മൂടുന്നതിനു് ഉപയോഗിക്കാം. അങ്ങനെ തലയുടെ കണുപ്പു നഷ്ടപ്പെടാതെ സുരക്ഷിതമാക്കി വയ്ക്കാൻ സാധിക്കും. തീവ്രമായ വെയിലത്തു തല ഒരിക്കലും മൂടാതിരിക്കരുതു്.

6

5. *വായു*

കഴിഞ്ഞ പേജുകളിൽ ഇതിനകം പ്രതിപാദിച്ചിട്ടുള്ള നാലു പദാർത്ഥങ്ങളെപ്പോലെ ഈ അഞ്ചാമത്തെ പദാർത്ഥവും പ്രധാനമാണു്. അഞ്ചു മൂലകങ്ങൾ കൊണ്ടുണ്ടാക്കപ്പെട്ട മനുഷ്യശരീരം, അവയിൽ ഏതെങ്കിലും ഒരെണ്ണം ഇല്ലാതെവന്നാൽ നിലനില്ക്കയില്ല. അതുകൊണ്ടു് ഒരുത്തരും വായുവിനെ ഭയപ്പെടേണ്ട. പൊതുവേ നമ്മുടെ ആളുകൾ പോകുന്നിടത്തെല്ലാം, വെളിച്ചത്തെയും വായുവിനെയും തടഞ്ഞു്, അങ്ങനെ അവരുടെ ആരോഗ്യം അവതാളത്തിലാക്കാൻ വേണ്ട മാർഗങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കും. ധാരാളമായി ശുദ്ധവായുവുള്ള തുറന്ന സ്ഥലത്തു താമസിക്കുന്ന സ്വഭാവം നാം ചെറുപ്പം മുതലേ വളർത്തുകയാണെങ്കിൽ ശരീരം ഉറപ്പുള്ളതാകയും ജലദോഷവും അതുപോലുള്ള മററു സുഖക്കേടുകളുംമൂലം ഒരിക്കലും ഉപദ്രവം അനുഭവപ്പെടാതിരിക്കയും ചെയ്യും.

---

6. Key to Health, 1942 (p. 83)

7

മൂക്കിൽക്കൂടി നാം ശ്വാസകോശത്തിലേക്കു വായുവിനെ ഉൾക്കൊള്ളുന്നു. ശ്വാസകോശം ഒരുവക ഉലമാതിരി പ്രവർത്തിക്കുന്നു. നാം ഉള്ളിലേക്കു ശ്വസിക്കുന്ന അന്തരീക്ഷവായുവിൽ പ്രാണവായു എന്നറിയപ്പെടുന്ന ജീവൻ നല്കുന്ന ഒരു വാതകമുണ്ട്. നാം പുറത്തേക്ക് ഉച്ഛ്വസിക്കുന്ന വായുവിൽ വിഷമുള്ള വാതകങ്ങളുമുണ്ട്. ഇവ ഉടൻതന്നെ വ്യാപരിച്ച് അന്തരീക്ഷവായുവിൽ കലർന്നു നേർമയാകുന്നതിനു് അനുവദിക്കപ്പെട്ടില്ലെങ്കിൽ അവയ്ക്കു നമ്മെ കൊല്ലാൻ കഴിയും. അതുകൊണ്ടാണു് ശരിയായ വായുസഞ്ചാരം ആവശ്യമാണെന്നു പറയുന്നതു്.

ശ്വാസകോശത്തിൽവച്ച് വായു രക്തത്തോട് അടുത്തു ബന്ധപ്പെടുകയും അതിനെ ശുദ്ധീകരിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ശ്വസനകല പല ആളുകൾക്കും അറിഞ്ഞുകൂടാ. ഈ കുറവു് അവരുടെ രക്തത്തിന്റെ മതിയായ ശുദ്ധീകരണത്തെ തടയുന്നു. ചിലയാളുകൾ മൂക്കിൽക്കൂടി ശ്വസിക്കുന്നതിനു പകരം വായിൽക്കൂടി ശ്വസിക്കുന്നു. ഇതൊരു ചീത്ത സ്വഭാവമാണു്. അകത്തേക്കുള്ള വായുവിനെ അരിക്കുന്നതിനും ചൂടാക്കുന്നതിനും അനുയോജ്യമായ വിധത്തിലാണു് പ്രകൃതി മൂക്കിനു രൂപം കൊടുത്തിരിക്കുന്നതു് വായിൽക്കൂടി ശ്വസിക്കുന്നവരിൽ അന്തരീക്ഷവായു പ്രാഥമികമായ ഈ അരിക്കലും, ചൂടാക്കലും കൂടാതെ ശ്വാസകോശത്തിൽ കടക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടു് എങ്ങനെ ശ്വസിക്കണമെന്നറിഞ്ഞുകൂടാത്തവർ ശ്വസനവ്യായാമങ്ങൾ തുടങ്ങേണ്ടിവരുന്നു. അവ ഉപയോഗപ്രദങ്ങളെന്നപോലെതന്നെ പഠിക്കാൻ എളുപ്പമുള്ളവയുമാണു്. വിവിധതരം ആസനങ്ങളെക്കുറിച്ചൊരു ചർച്ചയ്ക്കു മുതിരണമെന്നു ഞാനാഗ്രഹിക്കുന്നില്ല. ഇവ പ്രാധാന്യമുള്ളതല്ലെന്നോ ഉപയോഗപ്രദങ്ങളല്ലെന്നോ ഞാൻ പറയാനുദ്ദേശിക്കുന്നില്ല. എന്നാൽ നല്ലവണ്ണം ക്രമീകരിച്ച ജീവിതം വിസ്തരിച്ചുള്ള ആസനങ്ങളും വ്യായാമങ്ങളും പഠിക്കുകയും പരിശീലിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ടുള്ള ഫലത്തെക്കാൾ മെച്ചപ്പെട്ടതാണെന്നു് ഊന്നിപ്പറയാൻ ഞാനാഗ്രഹിക്കുന്നു. മൂക്കിൽക്കൂടിയുള്ള ശ്വസനവും നെഞ്ചിന്റെ സ്വതന്ത്രമായ വികസനവും സുസാധ്യമാക്കുന്ന ഏതു സുഖകരമായ ആസനവും നമ്മുടെ ആവശ്യത്തിനു മതിയാകുന്നതാണു്.

നാം വായ് മുറുക്കി അടയ്ക്കുകയാണെങ്കിൽ ശ്വാസോച്ഛ്വാസം മൂക്കിൽക്കൂടി നടത്തേണ്ടിവരും, എന്നും കാലത്തു നാം വായ് കഴുകുന്നതുപോലെ മൂക്കും വൃത്തിയാക്കണം. തണുത്തതോ, ഇളം ചൂടുള്ളതോ ആയ ശുദ്ധജലമാണു് ഇതിനു് ഏറ്റവും പറ്റിയതു്. ഒരു കപ്പിയിലോ കൈത്തലത്തിലോ ഇതെടുത്തു നാസാദ്വാരങ്ങളിൽ

7. Key to Health. (1942) pp.8—10

ക്കൂടി അകത്തേക്കു വലിക്കുക. ഒരു ദ്വാരം അടച്ചുകൊണ്ടു മറേറതിൽക്കൂടി വെള്ളം അകത്തേക്കു വലിച്ച്, അടച്ചതിനെ തുറന്നും, മറേറതിനെ അടച്ചും അതു പുറത്തേക്കു കളയാനും സാധിക്കും. അസുഖം കൂടാതെ കഴിക്കത്തക്കവണ്ണം സാവധാനത്തിൽ പ്രവൃത്തി നടത്തണം. മൂക്കിന്റെ പുറകുഭാഗത്തെ നാസാനാളം വൃത്തിയാക്കുന്നതിനു് വെള്ളം വായിൽക്കൂടി പുറത്തേക്കെടുക്കുകയോ, വിഴുങ്ങുകയോ ചെയ്യാം.

ശ്വസിക്കുന്ന വായു ശുദ്ധമായിരിക്കാൻ നാം ശ്രദ്ധിക്കണം. നക്ഷത്രങ്ങൾക്കു താഴെ തുറസ്സായ സ്ഥലത്തു് ഉറങ്ങുന്ന സ്വഭാവം വളർത്തുന്നതു നല്ലതാണു്. കുളിരുണ്ടാകുമെന്നുള്ള ഭയം മനസ്സിൽ നിന്നൊഴിവാക്കണം. ധാരാളം പുതപ്പുപയോഗിച്ചു തണുപ്പു പരിഹരിക്കാം. ഈ പുതപ്പു കഴുത്തിനപ്പുറം നീണ്ടിരിക്കരുതു്. തലയിൽ തണുപ്പനുഭവപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ അതു പ്രത്യേകം ഒരു തുണ്ടു തുണികൊണ്ടു മൂടാം. ശ്വാസനാളത്തിലേക്കുള്ള ദ്വാരം—മൂക്കു്—ഒരിക്കലും മൂടരുതു്.

ഉറങ്ങുന്നതിനുമുമ്പായി, പകലത്തെ വസ്ത്രങ്ങൾ മാററി അയഞ്ഞ നിശാവസ്ത്രങ്ങൾ ധരിക്കണം. രാത്രി പുതപ്പു മൂടി ഉറങ്ങുകയാണെങ്കിൽ യഥാർത്ഥത്തിൽ മററു തുണികളുടെ ആവശ്യമേയില്ല. പകൽസമയത്തുപോലും ഇറുകിയ വസ്ത്രങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കാതെ കഴിക്കണം.

നമുക്കു ചുററുമുള്ള അന്തരീക്ഷ വായു എപ്പോഴും ശുദ്ധമല്ല. ഓരോ രാജ്യത്തുതന്നെയും അതു് ഒന്നുപോലെയുമായിരിക്കയില്ല. രാജ്യം തെരഞ്ഞെടുക്കുക എന്നതു് എപ്പോഴും നമ്മുടെ കഴിവിൽപ്പെട്ടതല്ല. എന്നാൽ അനുയോജ്യമായ ഒരു സ്ഥലത്തു് അനുയോജ്യമായ ഒരു വീടു തെരഞ്ഞെടുക്കുകയെന്നതു കുറെയൊക്കെ നമുക്കു് ആകാവുന്നതാണു്. ആൾത്തിരക്കേറിയ പ്രദേശത്തു താമസിക്കാതിരിക്കുക; താമസിക്കുന്ന വീടു ധാരാളം വെളിച്ചവും വായുവും പ്രവേശിക്കുന്നതായിരിക്കണമെന്നു നിഷ്കർഷിക്കുക—ഇതായിരിക്കണം സാമാന്യനിയമം.

സി. പ്രകൃതിചികിത്സയുടെ പൊതുസ്വഭാവങ്ങൾ

8

ഒരു പ്രകൃതി ചികിത്സകൻ രോഗിയെ പ്രതിഫലത്തിനായി ചികിത്സിക്കുന്നില്ല. രോഗിയെ ഒരു പ്രത്യേക രോഗത്തിൽനിന്നു ചികിത്സിച്ചു ഭേദപ്പെടുത്തുകമാത്രമല്ല, ഭാവിയിൽ ഉണ്ടാകാവുന്ന രോഗബാധകളിൽനിന്നു രക്ഷപ്പെടുവാൻ കഴിയുന്ന തരത്തിൽ

8. Harijan, 7–4–'46 (Nature Cure, p. 6)

രോഗിക്ക സ്വന്തഭവനത്തിൽ തന്നെ ജീവിക്കുന്നതിനുള്ള ശരിയായ മാർഗം അവനെ അഭ്യസിപ്പിക്കുകകൂടി ചെയ്യുന്നു. ഒരു സാധാരണ ഡോക്ടറോ വൈദ്യനോ സുഖക്കേടിന്റെ പഠനത്തിലായിരിക്കും മിക്കവാറും താത്പര്യമെടുക്കുന്നതു്. പ്രകൃതിചികിത്സകൻ ആരോഗ്യത്തിന്റെ പഠനത്തിലായിരിക്കും കൂടുതൽ താത്പര്യമെടുക്കുന്നതു്. സാധാരണ ഡോക്ടറുടെ താത്പര്യം അവസാനിക്കുന്നിടത്താണു പ്രകൃതിചികിത്സകന്റെ യഥാർത്ഥതാത്പര്യം ആരംഭിക്കുന്നതു്. പ്രകൃതി ചികിത്സ മുഖേനെയുള്ള രോഗിയുടെ രോഗപരിഹാരം, രോഗത്തിനോ അസുഖത്തിനോ സ്ഥാനമില്ലാത്ത ഒരു ജീവിതരീതിയുടെ ആരംഭം കുറിക്കുകമാത്രമാണു ചെയ്യുന്നതു്. അങ്ങനെ പ്രകൃതി ചികിൽസ ഒരു ജീവിതരീതിയാണു്. ഒരു ചികിത്സാസമ്പ്രദായമല്ല. പ്രകൃതിചികിൽസ എല്ലാ സുഖക്കേടുകളെയും ഭേദമാക്കുമെന്നു് അവകാശപ്പെടുന്നില്ല. ഒരു വൈദ്യസമ്പ്രദായത്തിനും അതു സാധ്യമല്ല; ആകുമായിരുന്നെങ്കിൽ നാമെല്ലാം അമരന്മാരായിത്തീരുമായിരുന്നു.

9

വ്യക്തിപരവും, ഗാർഹികവും സാമൂഹ്യവുമായ ശുചിത്വനിയമങ്ങൾ കർശനമായി പാലിക്കയും ആഹാരക്രമത്തിന്റെയും വ്യായാമത്തിന്റെയും കാര്യത്തിൽ വേണ്ടത്ര ശ്രദ്ധിക്കയും ചെയ്താൽ രോഗത്തിനോ സുഖക്കേടുകൾക്കോ അവസരമുണ്ടാകയില്ലെന്നു് ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. ആന്തരികവും ബാഹ്യവുമായ പരിപൂർണ ശുദ്ധിയുള്ളിടത്തു സുഖക്കേടു് അസംഭവ്യമായിത്തീരുന്നു. ഗ്രാമീണ ജനങ്ങൾ ഇതു മനസ്സിലാക്കുമെങ്കിൽ അവർക്കു ഡോക്ടർമാരുടെയോ ഹക്കീമുകളുടെയോ വൈദ്യന്മാരുടെയോ ആവശ്യമില്ല.

10

ചികിൽസ ഏററവും ചെലവു കുറഞ്ഞതും കഴിയുന്നിടത്തോളം ലളിതവും ആയിരിക്കണമെന്നാണു പ്രകൃതി ചികിൽസ ഉദ്ദേശിക്കുന്നതു്, അത്തരം ചികിൽസ ഗ്രാമങ്ങളിൽ നടത്തുന്നതാണു് ഉത്തമം. ആവശ്യമുള്ള ഉപാധികളും ഉപകരണങ്ങളും നല്കുന്നതിനു ഗ്രാമീണർക്കു കഴിവുണ്ടായിരിക്കണം, ഗ്രാമത്തിൽ ലഭിക്കാത്തവ എവിടെനിന്നെങ്കിലും സമ്പാദിക്കണം. ഒരുവന്റെ ജീവിതവീക്ഷണത്തിൽ കൂടുതൽ ഗുണകരമായ വ്യതിയാനം വരുത്തുകയാണു പ്രകൃതി ചികിൽസയുടെ ഉദ്ദേശ്യം. അതായതു് ആരോഗ്യനിയമങ്ങൾക്കനുയോജ്യമായ ജീവിതക്രമീകരണം എന്നർത്ഥം. അതു് ആശുപത്രികളിൽനിന്നു വെറുതെയോ വില കൊടുത്തോ മരുന്നു

9. Harijan, 26 –5-'46 (Re–building Our Villages, p. 20)
10. Harijan, 2–6–'46, (Nature Cure, p. 47)

വാങ്ങുന്ന ഏർപ്പാടല്ല. പ്രതിഫലംകൂടാതെ ആശുപത്രിയിൽനിന്നു ചികിൽസ ലഭിക്കുന്ന ഒരാൾ യഥാർത്ഥത്തിൽ സൗജന്യം സ്വീകരിക്കയാണു ചെയ്യുന്നതു്. പ്രകൃതിചികിൽസ സ്വീകരിക്കുന്നവനാകട്ടെ ഒരിക്കലും യാചിക്കുന്നില്ല. സ്വാശ്രയം ആത്മാഭിമാനം വളർത്തുന്നു. അയാൾ ശരീരത്തിൽനിന്നു വിഷാംശങ്ങൾ നിഷ്കാസനം ചെയ്തുകൊണ്ടു രോഗവിമുക്തനാവാൻ ശ്രമിക്കുകയും, ഭാവിയിൽ രോഗബാധിതനാകാതിരിക്കാൻ മുൻകരുതൽ എടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

യുക്തവും സമീകൃതവുമായ ആഹാരം ആവശ്യമാണു്. ഇന്നു നമ്മുടെ ഗ്രാമങ്ങൾ നമ്മളെപ്പോലെതന്നെ ദരിദ്രമാണു്. ഗ്രാമങ്ങളിൽ മതിയാവോളം മലക്കറികളും പഴങ്ങളും പാലും ഉത്പാദിപ്പിക്കേണ്ടതു പ്രകൃതിചികിൽസാപദ്ധതിയുടെ ഒരു പ്രധാനഭാഗമാണു്. ഇതിനുവേണ്ടി ചെലവഴിക്കുന്ന സമയം വ്യർത്ഥമാണെന്നു കരുതരുതു്. അതു് എല്ലാ ഗ്രാമീണർക്കും അവസാനം ഇന്ത്യക്കു മുഴുവനും ഗുണപ്രദമായിത്തീരുന്നതാണു്.

11

നാം ചെയ്യുന്ന എന്തിലും പുരോഗതി ഉണ്ടാക്കുന്നതിനു പാശ്ചാത്യരെ അനുകരിക്കുവാനുള്ള പ്രവണത നിയന്ത്രിക്കേണ്ടതാണു്. പ്രകൃതിചികിൽസ പഠിക്കുന്നതിനു പടിഞ്ഞാറിനെ നമുക്കാശ്രയിക്കണമെങ്കിൽ, അതു് ഇന്ത്യക്കു് അത്രയൊന്നും പ്രയോജനകരമായിരിക്കയില്ല. ഓരോരുത്തർക്കും വീട്ടിൽത്തന്നെ പരിശീലിക്കാവുന്ന ഒന്നാണു പ്രകൃതിചികിൽസ. പ്രകൃതിചികിൽസാവിദഗ്ദ്ധന്മാരുടെ ഉപദേശം എല്ലാ സമയത്തും ആവശ്യമായിരിക്കയില്ല. എല്ലാവർക്കും പഠിക്കാവുന്നത്ര ലളിതമായ ഒരു കാര്യമാണതു്. രാമനാമമാണു ഞാൻ വിഭാവനം ചെയ്യുന്ന പ്രകൃതിചികിൽസയുടെ അടിസ്ഥാനം തന്നെ. മണ്ണു്, വെള്ളം, ആകാശം, സൂര്യൻ, വായു എന്നിവയുടെ ഉപയോഗം മനസ്സിലാക്കാൻ കടൽ കടക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല. ഇതു സ്വയം വ്യക്തമാണു്. ഈ വഴിക്കു്, വേണ്ട, മറ്റേതൊരു അറിവും നമ്മുടെ ഗ്രാമത്തിൽ ലഭിക്കുന്നതാണു്. ഉദാഹരണമായി പച്ചമരുന്നുകൾ ഉപയോഗിക്കയാണെങ്കിൽ അവ ഗ്രാമങ്ങളിൽ ലഭിക്കുന്നവയായിരിക്കണം. ആയുർവേദാദ്ധ്യാപകർക്കു് അവയെക്കുറിച്ചു് എല്ലാമറിയാം, പ്രകൃതിചികിൽസ അറിയുന്നതിനു ശരീരവ്യവച്ഛേദശാസ്ത്രത്തിന്റെയും ശരീരശാസ്ത്രത്തിന്റെയും അറിവു് ആവശ്യമില്ലെന്നു ഞാൻ പറഞ്ഞുകൊള്ളട്ടെ.

12

കുനി, ജസ്റ്റ്, ഫാദർ നീപ്പ് എന്നിവർ എഴുതിയിട്ടുള്ളതു ലളിതവും പ്രചാരമേറിയതും, എല്ലാവർക്കും ഉപയോഗപ്രദവുമാണു്.

11. Harijan, 2–6–'46 (Nature Cure, p. 45—46)
12. Harijan, 2–6–'46 (Nature Cure, p. 46)

അവ വായിക്കേണ്ടതു നമ്മുടെ ചുമതലയാണ്. എല്ലാ പ്രകൃതിചികിൽസാവൈദ്യന്മാർക്കും ഏറെക്കുറെ അവയെക്കുറിച്ചു കുറച്ചൊക്കെ അറിയാം. ഇതുവരെ ഗ്രാമങ്ങളിലേക്കു പ്രകൃതിചികിൽസ കൊണ്ടു വരപ്പെട്ടിട്ടില്ല. നാം അതിനെക്കുറിച്ച് അഗാധമായി ചിന്തിച്ചിട്ടില്ല. ലക്ഷക്കണക്കിനാളുകളെ സംബന്ധിക്കുന്നതാണ് അതെന്നും ആരും കരുതിയിട്ടില്ല. ഇതു് അതിന്റെ തുടക്കം മാത്രമാണ്. അവസാനം നാം എവിടെ നിൽക്കുമെന്ന് ആക്കും പറയാൻ സാധ്യമല്ല. മഹത്തായ എല്ലാ നല്ല ഉദ്യമങ്ങളുമെന്നപോലെ ഇതും വിജയകരമാക്കുന്നതിനു ത്യാഗവും ആത്മസമർപ്പണവുമാണ് ആവശ്യം. പാശ്ചാത്യദേശത്തേക്കു നോക്കുന്നതിനു പകരം നാം നമ്മിലേക്കു തന്നെ അന്വേഷണദീപം തിരിക്കേണ്ടതാണ്.

13

ആരോഗ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെയും ശുചിത്വത്തിന്റെയും തത്വങ്ങൾ നാം പഠിച്ച് അവയേയും, ശരിയായ ശരീരപോഷണം സംബന്ധിച്ച നിയമങ്ങളേയും അനുസരിച്ചു ജീവിക്കുകയെന്നതാണു പ്രകൃതിചികിൽസയുടെ സാരം. അങ്ങനെ ഓരോരുത്തരും അവനവന്റെ വൈദ്യനായിത്തീരുന്നു. ജീവിക്കുന്നതിനുമാത്രം ഭക്ഷിക്കയും മണ്ണ്, വെള്ളം, ആകാശം, സൂര്യൻ, വായു എന്നീ അഞ്ചു ശക്തികളുടെ സ്നേഹിതനായിരിക്കയും, ഇവയുടെ എല്ലാം സ്രഷ്ടാവായ ഈശ്വരന്റെ ദാസനായിരിക്കയും ചെയ്യുന്ന ഒരുവൻ വീണുപോകേണ്ട കാര്യമില്ല. വീണുപോകയാണെങ്കിൽ, ഈശ്വരനിൽ വിശ്വസിച്ച് അവൻ ശാന്തനായിരിക്കയും, ആവശ്യമെങ്കിൽ സമാധാനത്തോടെ മരിക്കയും ചെയ്യുന്നു. അവന്റെ ഗ്രാമത്തിലെ വയലുകളിൽ എന്തെങ്കിലും ഔഷധച്ചെടികളുണ്ടെങ്കിൽ അവൻ അതുപയോഗിക്കും. കോടിക്കണക്കിനാളുകൾ പിറുപിറുപ്പുകൂടാതെ ഇങ്ങനെ ജീവിക്കയും മരിക്കയും ചെയ്യുന്നു. അവർ ഒരു ഡോക്ടറെക്കുറിച്ചു കേട്ടിട്ടുപോലും ഉണ്ടാവില്ല; അഭിമുഖമായി ഒരിക്കലും കണ്ടിരിക്കയുമില്ല. നാം യഥാർത്ഥത്തിൽ ഗ്രാമീണമനോഭാവമുള്ളവരായിരിക്കട്ടെ. ഗ്രാമീണശിശുക്കളും, പ്രായംചെന്നവരും നമ്മുടെ അടുത്തേക്കു വരുന്നു. സത്യസന്ധമായി ജീവിക്കേണ്ടതെങ്ങനെയെന്നു നമുക്കവരെ പഠിപ്പിക്കാം. 99% സുഖക്കേടുകളും ശുചിത്വമില്ലായ്മയിൽനിന്നും, തെററായ ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതിൽനിന്നും, ആഹാരമില്ലായ്മയിൽനിന്നും ഉണ്ടാകുന്നതാണെന്നു ഭിഷഗ്വരന്മാർ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. ഈ 99 ശതമാനത്തെയും ജീവിക്കുന്നതിനുള്ള രീതി നാം പഠിപ്പിക്കുമെങ്കിൽ, ആ ഒരു ശതമാനത്തെ നമുക്കു വിസ്മരിക്കാം.....അവരെ നോക്കുന്നതിനു മനുഷ്യസ്നേഹിയായ ഒരു ഭിഷഗ്വരനെ കണ്ടുപിടിക്കാം. നാം അവരെക്കുറിച്ചു വിഷമിക്കേണ്ടതില്ല. ഇന്നു ശുദ്ധ

13. Harijan, 1-9-'46 (India of My Dreams, p. 139)

ജലം, നല്ല മണ്ണു്, ശുദ്ധവായു ഇവയെല്ലാം നമുക്കജ്ഞാതമാണു്. ബഹിരാകാശത്തിൻെറയും സൂര്യൻെറയും വിലമതിക്കാനാവാത്ത മൂല്യം നാമറിയുന്നില്ല. ഈ അഞ്ചുശക്തികളെ നാം ഉപയോഗിക്കയും, ശരിയായതും സമീകൃതവുമായ ആഹാരം കഴിക്കയും ചെയ്താൽ യുഗങ്ങളുടെ ജോലി നാം ചെയ്തുകഴിഞ്ഞിരിക്കും. ഈ അറിവുസമ്പാദിക്കുന്നതിനു നമുക്കു ബിരുദങ്ങളോ, കോടിക്കണക്കിനു പണമോ ആവശ്യമില്ല. ഈശ്വരനിലുള്ള സജീവമായ വിശ്വാസവും, സേവനത്തിനുള്ള അത്യുൽസാഹവും പ്രകൃതിയുടെ ശക്തികളുമായുള്ള പരിചയവും, ആഹാരക്രമബോധവുമാണു നമുക്കാവശ്യമുള്ളതു്. പള്ളിക്കൂടങ്ങളിലോ കലാശാലകളിലോ സമയം വ്യർത്ഥമാക്കാതെ തന്നെ ഇവയെല്ലാം സമ്പാദിക്കാം.

14

പ്രകൃതിനിയമങ്ങളെ ബോധപൂർവമോ അജ്ഞതകൊണ്ടോ ലംഘിക്കുന്നതിൽനിന്നാണു സുഖക്കേടുകൾ ഉണ്ടാകുന്നതു്, അതുകൊണ്ടു് ഈ നിയമങ്ങളിലേക്കു യഥാസമയമുള്ള തിരിച്ചുവരവു് ഒരു വീണ്ടെടുപ്പായിട്ടുവേണം കരുതുകയെന്നു സിദ്ധിക്കുന്നു. സഹിക്കാവുന്നതിലപ്പുറം പ്രകൃതിയെ പരീക്ഷിച്ചിട്ടുള്ളവൻ പ്രകൃതി നൽകുന്ന ശിക്ഷ അനുഭവിക്കയോ അല്ലെങ്കിൽ അതൊഴിവാക്കുന്നതിനു സന്ദർഭമനുസരിച്ചു് ഒരു വൈദ്യൻെറയോ ഡോക്ടറുടെയോ സഹായം തേടേണ്ടിവരികയോ ചെയ്യും. അർഹിക്കുന്ന ശിക്ഷയ്ക്കുള്ള ഓരോ വഴങ്ങലും മനുഷ്യമനസ്സിനെ ശക്തമാക്കുകയും അതിൽനിന്നുള്ള ഓരോ ഒഴിഞ്ഞുമാറലും മനസ്സിനെ നിർവീര്യമാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

15

വൈദ്യന്മാരും ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാരും രാജ്യത്തിനുവേണ്ടി ചെയ്യുന്നതെന്തെന്നു് എനിക്കറിയാൻ ആഗ്രഹമുണ്ടു്. പ്രത്യേകരോഗങ്ങൾ ചികിൽസിക്കുന്ന പുതിയ രീതികൾ പഠിക്കുന്നതിനു വിദേശങ്ങളിലേക്കു പോകാൻ അവർ തിടുക്കംകൂട്ടുന്നതു കാണാം. ഇന്ത്യയിലെ 7 ലക്ഷം ഗ്രാമങ്ങളുടെ നേരെ അവരുടെ ശ്രദ്ധ തിരിക്കണമെന്നു ഞാൻ നിർദേശിക്കുന്നു. യോഗ്യതയുള്ള എല്ലാ സ്ത്രീപുരുഷന്മാരെയും ഗ്രാമസേവനത്തിനു്—പാശ്ചാത്യരീതിയിലുള്ളതിനല്ല, പൗരസ്ത്യരീതിയിലുള്ള സേവനത്തിനു്—ആവശ്യമുണ്ടെന്നു് അവർ വേഗം മനസ്സിലാക്കും. അപ്പോൾ അവർ നാടൻസമ്പ്രദായങ്ങളും സ്വീകരിക്കും. ഗ്രാമങ്ങളിൽത്തന്നെ വളരുന്ന പല തരത്തിലുള്ള ഔഷധങ്ങളുടെ ഒടുങ്ങാത്ത സമ്പത്തു് ഇന്ത്യയ്ക്കുള്ളപ്പോൾ പടിഞ്ഞാറുനിന്നു ഇറക്കുമതി ചെയ്യപ്പെടുന്ന ഔഷധങ്ങളുടെ ആവശ്യമില്ല. എന്നാൽ

14. Harijan, 15-9-'46 (India of My Dreams, p. 140)
15. Harijan, 15-6-'47 (India of My Dreams, p. 140)

മരുന്നുകളേക്കാളേറെ ശരിയായ ജീവിതസമ്പ്രദായമാണു് അവർ ആളുകളെ പഠിപ്പിക്കേണ്ടതു്.

16

മരണത്തിന്റെ സമയവും, സ്ഥലവും, വിധവും മുൻകൂട്ടി നിശ്ചയിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതാണോ എന്നെനിക്കറിവില്ല. 'അദ്ദേഹത്തിന്റെ(ഈശ്വരന്റെ) അറിവുകൂടാതെ ഒരു പുൽക്കൊടിപോലും ചലിക്കുന്നില്ല' എന്നുമാത്രം ഞാനറിയുന്നു. ഇതുപോലും ഞാൻ അവ്യക്തമായേ അറിയുന്നുള്ളു. ഇന്നു അവ്യക്തമായതു നാളെ അല്ലെങ്കിൽ മററന്നാൾ പ്രാർത്ഥനാപൂർവമായ കാത്തിരിപ്പുകൊണ്ടു വ്യക്തമായേക്കും. ഏതായാലും ഇതു നല്ലവണ്ണം വ്യക്തമായിരിക്കട്ടെ: സർവശക്തൻ നമ്മെപ്പോലുള്ള ഒരു വ്യക്തിയല്ല. അദ്ദേഹം അല്ലെങ്കിൽ അതു ലോകത്തിലെ ഏററവും മഹത്തായ ജീവിക്കുന്ന ശക്തിയോ നിയമമോ ആണു്. അതുകൊണ്ടു് അദ്ദേഹം ചപലതയോടെ പ്രവർത്തിക്കുന്നില്ല. ഏതെങ്കിലും ഭേദഗതിക്കോ മെച്ചപ്പെടുത്തലിനോ ആ നിയമം വിധേയമാകുന്നുമില്ല. അദ്ദേഹത്തിന്റെ തീരുമാനം ഉറപ്പുള്ളതും മാററമില്ലാത്തതുമാണു്. ബാക്കിയെല്ലാം ഓരോ നിമിഷവും മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. രോഗബാധിതരാകയാണെങ്കിൽ കൂടി നാം നമ്മുടെ സംരക്ഷയെക്കുറിച്ചു ക്ലേശിക്കേണ്ടതില്ലെന്നു വിധിവിശ്വാസതത്വത്തിൽനിന്നു തീർച്ചയായും സിദ്ധിക്കുന്നില്ല. രോഗബാധിതനാകുന്നതിനേക്കാൾ ഗുരുതരമായ തെററാണു രോഗത്തോടു് അശ്രദ്ധകാണിക്കുന്നതു്. ഇന്നലത്തേതിൽ കൂടുതൽ നന്നായി ഇന്നു പ്രവർത്തിക്കാനുള്ള ശ്രമം എത്രയായാലും അധികമാവില്ല. നാം എന്തുകൊണ്ടു രോഗിയായിരിക്കുന്നു, അഥവാ എങ്ങനെ രോഗം ബാധിച്ചു എന്നു നാം ക്ലേശിച്ചു ചിന്തിച്ചു കണ്ടുപിടിക്കണം. ആരോഗ്യമാണു് രോഗമല്ല പ്രകൃതിയുടെ നിയമം. നമുക്കു രോഗബാധിതരാകാതിരിക്കുന്നതിനു് അഥവാ രോഗം ബാധിച്ചാലും ഭേദപ്പെടുത്തുന്നതിനു പ്രകൃതിനിയമം പരിശോധിച്ചു് അതിനെ നാം അനുസരിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

ഡി. പ്രകൃതിചികിൽസാലയം

17

സാധുക്കൾക്കായി പട്ടണത്തിൽ ഒരു സ്ഥാപനം ഉണ്ടാക്കാമെന്നു വിചാരിച്ചു ഞാൻ ഒരു മൗഢനായിരുന്നു. രോഗാതുരരായ സാധുക്കളെക്കുറിച്ചു് എനിക്കു ശ്രദ്ധയുണ്ടെങ്കിൽ ഞാൻ അവരുടെ അടുത്തേക്കു പോകയാണു വേണ്ടതു്. അവർ എന്റെ അടുത്തേക്കു വരു

16. Harijan, 28-7-'46 (Truth is God, p. 132)
17. Harijan, 17-3-'44 (Nature Cure, pp. 33—34)

ണമെന്നു പ്രതീക്ഷിക്കകയല്ല എന്നു ഞാൻ മനസ്സിലാക്കി. ഇതു സാധാരണചികിൽസയുടെ കാര്യത്തിൽത്തന്നെ ശരിയാണു്; പ്രകൃതിചികിത്സയുടെ കാര്യത്തിൽ വളരെയധികം ശരിയാണു്. മണ്ണുപോൾട്ടീസ് പ്രയോഗിച്ചുനോക്കുന്നതിനും, സൂര്യസ്നാനം, ഉദരസ്നാനം, ഭഗസ്നാനം തുടങ്ങിയവ നടത്തുന്നതിനും യാഥാസ്ഥിതികമായ രീതിയിൽ ഭക്ഷണം പാകംചെയ്യുന്നതിനും ഉള്ള എന്റെ ഉപദേശങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കാനും, അങ്ങനെ പ്രവത്തിക്കാനുംവേണ്ടി ഒരു ഗ്രാമീണൻ, പൂനായിലേക്കു വരുമോ? ഒരു പൊടിയോ, മരുന്നോ ഞാൻ കൊടുക്കുമെന്നു് അയാൾ പ്രതീക്ഷിക്കും; അതുകൊണ്ടു തൃപ്തനാവുകയും ചെയ്യും. പഠിച്ചിരിക്കേണ്ട ഒരു ജീവിതരീതിയാണു പ്രകൃതിചികിത്സ ഉൾക്കൊള്ളുന്നതു്. നാം മനസ്സിലാക്കുന്നതുപോലെ അതൊരു ഔഷധചികിൽസയല്ല. അതുകൊണ്ടു് ഈ ചികിൽസ ഫലപ്രദമായിരിക്കണമെങ്കിൽ രോഗിയുടെ വീട്ടിനുള്ളിലോ അതിനടുത്തുവച്ചോ മാത്രമേ നടത്താവൂ. പ്രകൃതിചികിൽസകനു് അനുകമ്പയും ക്ഷമയും മനുഷ്യസ്വഭാവജ്ഞാനവും ഉണ്ടായിരിക്കണം. ഇങ്ങനെ അയാൾക്കു് ഒരു ഗ്രാമത്തിലോ, ഗ്രാമീണരുടെ ഇടയിലോ വിജയപൂർവം പ്രവർത്തനം നടത്തുവാൻ കഴിയുകയും, പ്രകൃതിചികിൽസാരഹസ്യം സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ വേണ്ടത്ര മനസ്സിലാക്കുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ ഒരു പ്രകൃതിചികിൽസാസർവകലാശാലയുടെ ബീജാവാപം ചെയ്തുകഴിഞ്ഞു എന്നു പറയാം.

18

പ്രകൃതിചികിൽസ, ഗ്രാമസേവനം, ആശ്രമജീവിതം എന്നിവ ഏകധർമമായ ഒരു പൂർണവസ്തുവിന്റെ മുഖത്രയമായിമാത്രമേ ഞാൻ കാണുന്നുള്ളൂ. പ്രകൃതിചികിൽസയുടെ വീക്ഷണത്തിൽ അവ അവിഭാജ്യമാണു്. പ്രകൃതിചികിൽസയുടെ പരമാവസ്ഥ പ്രാപിച്ചുകഴിയുമ്പോൾ ഗ്രാമസേവനവും നേടിക്കഴിഞ്ഞിരിക്കും. ആശ്രമജീവിതത്തിൽനിന്നും വേർപെടുത്തപ്പെട്ട ഏതെങ്കിലും പ്രകൃതിചികിൽസാക്രമം എനിക്കു് അചിന്ത്യവുമാണു്.

പ്രകൃതിചികിൽസാജ്ഞാനമുള്ള ഒരാളെ പുറത്തുനിന്നു ലഭിക്കാൻ കഴിയുമെന്നു പ്രതീക്ഷിക്കരുതു്. നിങ്ങളാൽ കഴിയുന്നിടത്തോളം അറിവു നിങ്ങൾതന്നെ നേടാൻ ശ്രമിക്കണം. ആശ്രമനിയമങ്ങളുടെ പരിധിക്കുള്ളിൽനിന്നുകൊണ്ടു പ്രവർത്തിക്കാൻ സന്നദ്ധനല്ലാത്ത ഏതൊരു പ്രകൃതിചികിൽസാവിദഗ്ദ്ധനും നമുക്കു സ്വീകാരയോഗ്യനായിരിക്കയില്ല.

18. ഉരുളികാഞ്ചൻ ചികിത്സാലയത്തിന്റെ ചുമതല വഹിക്കുന്നവർക്കു് 1946–1947-ൽ ഗാന്ധിജി എഴുതിയ കത്തുകളിൽ നിന്നുള്ള ഉദ്ധാരണങ്ങൾ. (Nature Cure, p. 66)

ഇ. ഗ്രാമീണരുടെ ആരോഗ്യം

19

എല്ലാ രോഗികളും സഹായത്തിനായി നിങ്ങളുടെ അടുത്തേക്ക വരുന്നതിൽ ഞാൻ സന്തോഷിക്കുന്നു. എന്തു ചെയ്യണമെന്നു നിങ്ങൾക്കറിയാമല്ലോ. ഔഷധങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം നേരായ മാർഗത്തിൽ നിങ്ങളെ നയിക്കുന്നതിനാണ ഞാൻ ഇതെഴുന്നതു്. ഇന്ത്യയിലെ ഗ്രാമങ്ങളിൽ ആവണക്കെണ്ണയും ഇരട്ടിമധുരവുംകൂടി വിലയേറിയ വസ്തുക്കളാണു്. ഇംഗ്ലണ്ടിലോ, ജർമ്മനിയിലോ ഉണ്ടാക്കുന്ന ഇരട്ടിമധുരചൂർണത്തിനുപകരം പ്രാദേശിക ഔഷധങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കണം. ഇരട്ടിമധുരം തന്നെ ഉപയോഗിക്കണം. അതു വളരെ ഫലപ്രദവും എല്ലാ ഗ്രാമങ്ങളിലും സുലഭവുമാണു്. കമ്പുകഷണങ്ങളായി അതു ലഭിക്കും, അതിൽ നിന്നും പശപോലുള്ള വസ്തു എടുക്കാം. ഇതു് ഒരു തോലാ ചൂടപാലിൽ വെറുതെ ചേർത്തു രാത്രി കിടക്കാൻ നേരത്തോ വെളുപ്പിനു നാലുമണിക്കോ കഴിച്ചാൽ രോഗിക്കു ശുദ്ധമായ വിരേചനയുണ്ടാകും. ഇതു ചെലവു കുറഞ്ഞതാണു്. അതു വെള്ളത്തിൽ ചേർത്തും കഴിക്കാം. അതു കൂടാതെ സീനാ ഇലകൾ ഉണ്ടു്. ഇതു് ഇരട്ടിമധുരത്തേക്കാൾ വിലകുറഞ്ഞതും എല്ലായിടത്തും ലഭിക്കുന്നതുമാണു്. കഷായമായോ പൊടിച്ചോ സീനാ ഇലകൾ കൊടുക്കാം. ഏറ്റെക്കുറെ സത്യസന്ധരും നല്ലവരുമായ ഭിഷഗ്വരന്മാരെ നിങ്ങൾക്കു ലഭിക്കുന്നതാണു്. അവരുടെ സഹായത്തോടെ ഇത്തരം വിലകുറഞ്ഞ ഔഷധങ്ങൾ നേടുക. നിങ്ങൾതന്നെ സൂക്ഷിക്കേണ്ടതായി ഞാൻ കരുതുന്ന ഒരു പദാർത്ഥമുണ്ടു്. അതു മലേറിയാ രോഗത്തിനുള്ള കൊയിനയാണു്.

20

ജനലക്ഷങ്ങൾക്കു ധനം എന്നു പറയുന്നതു്, ആരോഗ്യം തന്നെയല്ലേ? അവരുടെ ബുദ്ധിശക്തിയല്ല, ശരീരമാണ ധനശേഷിയുടെ പ്രാഥമിക ഉപകരണം.

21

പനിയോ മലബന്ധമോ അത്തരത്തിലുള്ള മററു സാധാരണ സുഖക്കേടുകളോ ഉള്ള ആളുകൾ ഗ്രാമസേവകരുടെ അടുത്തു സഹായത്തിനായി വരുമ്പോൾ അവരാൽ കഴിയുന്ന സഹായം അവർ തീർച്ചയായും ചെയ്യണം. രോഗനിർണയം തീർച്ചയായിക്കഴിഞ്ഞാൽ ഗ്രാമീണകമ്പോളത്തിലെ ഔഷധമാണു് ഏററവും വിലകുറഞ്ഞതും നല്ലതുമെന്നുള്ളതിൽ ഒരു സംശയവുമില്ല. ഔഷധങ്ങൾ കരുതിവ

19. സബർമതി, 3–4–'29, (Bapu's Letters to Mira, p. 38)
20. Harijan, 5–4–'35. (Re-building our Villages, p. 15)
21. Harijan, 11–5–'35. (Re-building Our Villages, p. 15)

ക്കേണ്ട ആവശ്യമുള്ളപക്ഷം അവയിൽ ഏററവും നല്ലവ ആവണക്കെണ്ണയും, കൊയിനയും, തിളച്ച വെള്ളവുമാണ്. ആവണക്കെണ്ണ പ്രാദേശികമായിത്തന്നെ സമ്പാദിക്കാം. സീനാ ഇലകളും ഇതേ ഉദ്ദേശ്യസിദ്ധിക്കുതകും. കൊയിനാ വളരെ അപൂർവമായേ ഉപയോഗിക്കാവൂ. എല്ലാ പനിക്കും കൊയിനാ ചികിത്സ ആവശ്യമില്ല; എല്ലാ പനിയും കൊയിനയ്ക്കു വഴങ്ങുകയില്ല. പൂർണമോ, ഭാഗികമോ ആയ ഉപവാസത്താൽ മിക്ക പനിയും അപ്രത്യക്ഷമാകും. ധാന്യങ്ങളും, പയർവർഗങ്ങളും, പാൽ തുടങ്ങിയവയുടെ വർജനവും, പഴങ്ങളുടെ ചാറ്, തിളയ്ക്കുന്ന മുന്തിരിങ്ങാവെള്ളം, നാരങ്ങാനീരിൻെറയോ, പുളിയുടെയോകൂടെ ചേർത്ത തിളയ്ക്കുന്ന ചക്കരവെള്ളം ഇവ ഉപയോഗിക്കുന്നതും ഭാഗികമായ ഉപവാസമാണ്. തിളച്ച വെള്ളം ഏററവും ശക്തിമത്തായ ഒരു ചികിത്സോപാധിയാണ്. അതു വയറിനു ശോധന നൽകുകയും വിയർപ്പുണ്ടാക്കുകയും അങ്ങനെ പനി കുറയ്ക്കുകയും ചെയ്യും. അത് ഏററവും അനപായവും ഏററവും ചെലവു കുറഞ്ഞതുമായ അണുനാശിനിയാണ്. അതു കുടിക്കേണ്ട എല്ലാ സന്ദർഭങ്ങളിലും തൊക്കിന് ഒരുവിധം സഹിക്കാവുന്ന പരുവംവരെ തണുപ്പിക്കണം. തിളപ്പിക്കുക, എന്നു പറയുന്നതുകൊണ്ടു വെറും ചൂടാക്കലല്ല അർത്ഥമാക്കുന്നത്.

22

എൻെറ പ്രകൃതിചികിത്സ പൂർണമായും ഗ്രാമീണർക്കും, ഗ്രാമങ്ങൾക്കുമായി ഉദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതാണ്. അതുകൊണ്ടു ഭിഷക്കുകളോടി, എക്സ്റേ അതുപോലുള്ള മററു വസ്തുക്കൾ തുടങ്ങിയവയ്ക്ക് അതിൽ ഒരു സ്ഥാനവുമില്ല. കൊയിനാ, എമിററിൻ, പെൻസിലിൻ തുടങ്ങിയ ഔഷധങ്ങൾക്കും പ്രകൃതിചികിത്സയിൽ സ്ഥാനമില്ല. വ്യക്തിപരമായ ശുചിത്വം, ആരോഗ്യപരമായ ജീവിതം, ഇവയ്ക്കു രണ്ടിനുമാണു പ്രാഥമികമായ പ്രാധാന്യം. ഇതു മതിയാകുന്നതുമാണ്. എല്ലാവർക്കും ഈ കലയിൽ സമ്പൂർണത നേടാൻ കഴിയുമെങ്കിൽ യാതൊരു സുഖക്കേടുകളും ഉണ്ടാകയില്ല.

രോഗം ഭേദമാക്കുന്നതിനായി പ്രകൃതിനിയമങ്ങളെല്ലാം അനുസരിക്കുന്നതിനിടയിലും, അതുണ്ടാവുകയാണെങ്കിൽ അതിനു കൈകണ്ട മരുന്നു രാമനാമമാണ്. എന്നാൽ രാമനാമത്തിൽക്കൂടിയുള്ള രോഗശാന്തി കണ്ണടച്ചു തുറക്കുന്നതിനകം സാർവലൗകികമാക്കാൻ സാധ്യമല്ല. രോഗിയിലേക്കു വിശ്വാസം പകരുന്നതിനു ചികിത്സകൻ രാമനാമപ്രഭാവത്തിൻെറ ചൈതന്യമുള്ള പ്രതിരൂപമായിരിക്കണം. അതിനിടയ്ക്കു പ്രകൃതിയുടെ അഞ്ച് ഉപാധികളിൽനിന്നും ലഭിക്കാവുന്നതെല്ലാം സമ്പാദിക്കുകയും ഉപയോഗിക്കുകയും വേണം. അവ മണ്ണ്, വെള്ളം, ആകാശം, തീയ്, വായു എന്നിവ

---

22. Harijan, 11-8-'46 (Nature Cure, p. 45 & Sarvodaya, p. 145)

യാണ്. ഇതാണ് പ്രകൃതിചികിത്സയുടെ പരിമിതിയായി എനിക്ക തോന്നുന്നത്. അതുകൊണ്ട *ഉരുളികാഞ്ചനിലെ എന്റെ പരീക്ഷണങ്ങളുടെ ഉള്ളടക്കം ശുചിത്വവും ആരോഗ്യവും തികഞ്ഞ ജീവിതം നയിക്കുന്നതിനും പഞ്ചഭൂതങ്ങളുടെ ശരിയായ ഉപയോഗത്തിലൂടെ രോഗികളെ ചികിത്സിക്കുന്നതിനും ഗ്രാമീണരെ പഠിപ്പിക്കുക എന്നതാണ്. ആവശ്യമെങ്കിൽ പ്രാദേശികമായ പച്ചമരുന്നുകളും ഉപയോഗിച്ചേക്കും. പൂർണവും സമീകൃതവുമായ ആഹാരം തീർച്ചയായും പ്രകൃതിചികിത്സയുടെ ഒഴിച്ചുകൂടാൻ പാടില്ലാത്ത ഒരു ഭാഗമാണ്.

എഫ്. ആധുനികവൈദ്യസേവനം

23

ഡോക്ടർമാർ നമ്മെ മിക്കവാറും നിരാധാരരാക്കിയിട്ടുണ്ട്. ഉയർന്ന യോഗ്യതകളുള്ള ഡോക്ടർമാരേക്കാൾ മുറിവൈദ്യന്മാരാണ് നല്ലതെന്ന ചിലപ്പോൾ എനിക്ക തോന്നാറുണ്ട്. നമുക്ക് അതേപ്പററി പര്യാലോചിക്കാം. ഒരു ഡോക്ടരുടെ ജോലി ശരീരത്തെ സംരക്ഷിക്കുക എന്നതാണ്; ശരിയായി പറഞ്ഞാൽ അതുമല്ല. ശരീരത്തെ ബാധിക്കുന്ന സുഖക്കേടുകളിൽനിന്ന് അതിനെ രക്ഷിക്കുക എന്നതാണ് യഥാർത്ഥത്തിൽ അവരുടെ ജോലി. എങ്ങനെയാണ് ഈ സുഖക്കേടുകൾ ഉണ്ടാകുന്നത്? തീർച്ചയായും നമ്മുടെ അശ്രദ്ധയോ സുഖലോലുപതയോ മൂലമാണ്. ഞാൻ അമിതമായി ഭക്ഷിക്കുന്നു, എനിക്ക ദഹനക്കേടുണ്ടാകുന്നു, ഞാൻ ഒരു ഡോക്ടരുടെ അടുത്തേക്ക പോകുന്നു, അയാൾ എനിക്ക മരുന്നുതരുന്നു, എന്റെ രോഗം മാറുന്നു. വീണ്ടും ഞാൻ അമിതമായി ഭക്ഷിക്കുന്നു, വീണ്ടും ഞാൻ അയാളുടെ ഗുളികൾ കഴിക്കുന്നു. ആദ്യത്തെ അവസരത്തിൽ തന്നെ ഗുളികകൾ കഴിച്ചില്ലായിരുന്നുവെങ്കിൽ, അർഹിക്കുന്ന ശിക്ഷ ഞാൻ അനുഭവിച്ചേനെ. പിന്നീട ഞാൻ അങ്ങനെ അമിതമായി കഴിക്കുകയില്ലായിരുന്നു. ഡോക്ടർ ഇടപ്പെട്ടുവന്ന് സുഖാനുഭൂതിയിൽ മുഴുകാൻ എന്നെ സഹായിക്കുന്നു. അങ്ങനെ എന്റെ ശരീരം തീർച്ചയായിട്ടും കൂടുതൽ സുഖം അനുഭവിച്ചു; എന്നാൽ എന്റെ മനസ്സ് ക്ഷീണിതമായി. അങ്ങനെ മരുന്നിന്റെ തുടരെയുള്ള ഉപയോഗം മനസ്സിന്മേലുള്ള നിയന്ത്രണം നഷ്ടപ്പെടുത്തും.

ഒരു ദുഷ്പ്രവൃത്തിയിൽ ഞാൻ അകപ്പെടുന്നു. എനിക്ക സുഖക്കേടുവരുന്നു. ഒരു ഡോക്ടർ എന്നെ സുഖപ്പെടുത്തുന്നു. ആ ദുഷ്പ്രവൃത്തി ഞാൻ വീണ്ടും ആവർത്തിക്കുമെന്നതു തീർച്ചയാണ്. എന്നാൽ ഡോക്ടർ ഇടപെട്ടില്ലായിരുന്നവെങ്കിൽ, പ്രകൃതി അതിന്റെ

* ഒരു പ്രകൃതി ചികിത്സാലയം.
23. ഹിന്ദ് സ്വരാജ്, pp. 59—60 (1900)

പ്രവൃത്തി നടത്തുകയും എനിക്ക് എന്റെമേൽ ആധിപത്യം ഉണ്ടാകുയും, ഞാൻ ദോഷത്തിൽനിന്ന സ്വാതന്ത്ര്യമാകയും സന്തുഷ്ടനായിത്തീരുകയും ചെയ്യുമായിരുന്നു.

പാപം പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള സ്ഥാപനങ്ങളാണ് ആശുപത്രികൾ. മനുഷ്യർ തങ്ങളുടെ ശരീരത്തെ സംബന്ധിച്ച തീരെ കുറച്ചേ ശ്രദ്ധിക്കുന്നുള്ളൂ. അതുകൊണ്ട് അസാന്മാർഗികത പെരുകുന്നു. എല്ലാററിലും ദുഷിച്ചവർ യൂറോപ്പുകാരായ ഡോക്ടർമാരാണ്. മനുഷ്യശരീരത്തിന്റെ പരിരക്ഷയ്ക്കുവേണ്ടി ആണ്ടുതോറും ആയിരക്കണക്കിനു ജന്തുക്കളെ അവർ കൊല്ലുന്നു. അവർ ജീവികളെ കീറിമുറിച്ചു പരിശീലനം നടത്തുന്നു. ഒരു മതവും ഇതനുവദിക്കുന്നില്ല. നമ്മുടെ ശരീരത്തിനുവേണ്ടി അത്രവളരെ ജീവൻ അപകടപ്പെടുത്തേണ്ട ആവശ്യമില്ലന്നു് എല്ലാവരും പറയുന്നുണ്ട്.

ഈ ഡോക്ടർമാർ നമ്മുടെ മതവികാരങ്ങളെ അശുദ്ധമാക്കുന്നു. അവരുടെ മിക്കവാറും എല്ലാ ഔഷധങ്ങളിലും മൃഗക്കൊഴുപ്പോ, ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങളോ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ഹിന്ദുക്കളും മൊഹമ്മദീയരും വിലക്കിയിട്ടുള്ളവയാണിവ രണ്ടും. നാം പരിഷ്കൃതരാണെന്നു ഭാവിക്കുകയും, മതപരമായ നിരോധനങ്ങളെ അന്ധവിശ്വാസമെന്നു വിളിക്കയും നമുക്കിഷ്ടമുള്ളതിലെല്ലാം നിയന്ത്രണം കൂടാതെ മുഴുകുകയും ചെയ്യാം. ഡോക്ടർമാർ നമ്മെ സുഖാസ്വാദനത്തിനു പ്രേരിപ്പിക്കയും, തൽഫലമായി നാം ആത്മനിയന്ത്രണമില്ലാത്തവരും പുരുഷത്വമില്ലാത്തവരുമായി തീരുകയും ചെയ്യുമെന്നുള്ള വാസ്തവം ശേഷിക്കുന്നു. ഈ പരിതഃസ്ഥിതിയിൽ നാം ദേശത്തെ സേവിക്കുന്നതിന് അയോഗ്യരാണ്. യൂറോപ്യൻ ചികിത്സാസമ്പ്രദായത്തിന്റെ പഠനം നമ്മുടെ അടിമത്തത്തിന്റെ ആഴം വർദ്ധിപ്പിക്കലാണ്.

24

ഒരു അനുഗ്രഹമായിട്ടുള്ള മറെറാരുതരം വൈദ്യസഹായമുണ്ട്. സുഖക്കേടുകളുടെ സ്വഭാവം അറിയുന്നവർ എന്തുകൊണ്ടാണു രോഗികൾക്ക് അവരുടെ പ്രത്യേക അവശതകൾ ഉള്ളതെന്നും അവയെ എങ്ങനെ ദൂരികരിക്കാമെന്നും അവരോടു പറഞ്ഞുകൊടുക്കുന്നതാണ് അത്. അങ്ങനെയുള്ള സേവകർ രാത്രിയായാലും പകലായാലും ഏതു് അസമയത്തും സഹായം നൽകാനായി ഓടിയെത്തും. ശുചിത്വം പരിപാലിക്കുകയും അങ്ങനെ ആരോഗ്യം നേടുകയും ചെയ്യുന്നതെങ്ങനെയെന്ന് ആളുകളെ പഠിപ്പിക്കുന്ന ആരോഗ്യശാസ്ത്രപരമായ ഒരു ശിക്ഷണം തന്നെയാണ് അത്തരം വിവേചനാപൂർവകമായ രോഗശമനശ്രമം. എന്നാൽ അത്തരം സേവനം ദുർല്ലഭമാണ്. വൈദ്യ

24. Harijan, 9 –11–'35. (Panchayat Raj, p. 21)

സഹായം പോലെ തന്നെ വളരെ തുച്ഛമായ ആയാസമോ അറി വോ മാത്രം ആവശ്യമുള്ള മററു പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ധനസഹായാർത്ഥം നടത്തുന്ന ഒരു പരസ്യമായിരിക്കും, റിപ്പോർട്ടുകളിൽ പ്രസ്താവിച്ചുകാണുന്ന വൈദ്യസഹായത്തിൽ അധികപങ്കും. അതുകൊണ്ടു പട്ടണങ്ങളിലായാലും ഗ്രാമങ്ങളിലായാലും സാമൂഹ്യരംഗത്തു പ്രവ ർത്തിക്കുന്ന എല്ലാ പ്രവർത്തകരേയും എനിക്കു നിർബന്ധിക്കുവാനുള്ളതു് ഇതാണു്. അവർ ചികിത്സാപരമായ തങ്ങളുടെ പ്രവർത്തനത്തെ സേവനത്തിൻെറ ഏററവും പ്രാധാന്യം കുറഞ്ഞ ഘടകമായി കരുതണം. അത്തരം ആശ്വാസപ്രവർത്തനത്തെക്കുറിച്ചുള്ള എല്ലാ പ്രസ്താവനകളും ഒഴിവാക്കുകയാണു നല്ലതു്. പ്രവർത്തകർ തങ്ങളുടെ അയൽപക്കങ്ങളിൽ രോഗങ്ങൾ വരാതെ കഴിക്കുന്നതിനുള്ള നടപടികൾ സ്വീകരിക്കുകയാണു വേണ്ടതു്. അവരുടെ ഔഷധശേഖരം കഴിയുന്നിടത്തോളം ചെറുതായിരിക്കണം. അവർ തങ്ങളുടെ ഗ്രാമങ്ങളിൽ ലഭിക്കുന്ന അങ്ങാടിമരുന്നുകളെപ്പററി പഠിക്കയും അവയുടെ പ്രശസ്തഗുണങ്ങൾ അറിയുകയും കഴിയുന്നിടത്തോളം അവ ഉപയോഗിക്കയും വേണം.

ജി. ഇന്ത്യയിലെ കുഷ്ഠരോഗവും, അതിനുള്ള ചികിത്സയും

25

കുഷ്ഠരോഗി എന്നതു ദുർഗന്ധമുള്ള ഒരു വാക്കാണു്. മദ്ധ്യആഫ്രിക്ക കഴിഞ്ഞാൽ ഒരുപക്ഷേ ഇന്ത്യയാണു കുഷ്ഠരോഗികളുടെ നാടു്. എന്നിട്ടും അവർ, നമ്മുടെ ഇടയിലെ ഏററവും ഉന്നതരായ ആളുകളെപ്പോലെതന്നെ സമുദായത്തിൻെറ ഒരു ഭാഗമാണു്. എന്നാൽ ഉയർന്നവർ അവക്കശേഷം ആവശ്യമില്ലെങ്കിലും, നമ്മുടെ ശ്രദ്ധയാകർഷിക്കുന്നു. നമ്മുടെ ശ്രദ്ധ വളരെയേറെ ആവശ്യമുള്ള കുഷ്ഠരോഗികളുടെ വിധിയാകട്ടെ, പഠിച്ച അശ്രദ്ധയുമാണു്. അക്രമരാഹിത്യത്തിൻെറ അടിസ്ഥാനത്തിൽ അതിനെ ഹൃദയശൂന്യത—അതു നിശ്ചയമായും ഹൃദയശൂന്യതതന്നെയാണു്—എന്നു വിളിക്കുവാൻ തോന്നിപ്പോകുന്നു. അവനിൽ ശ്രദ്ധ ചെലുത്തുന്നതു് അധികവും മിഷനറിമാരാണു്. ഇതു് അവക്കു് അഭിനന്ദനമായിത്തന്നെ പറയേണ്ടതാണു്. ശുദ്ധമായ ഒരു സേവനപ്രവർത്തനമെന്ന രീതിയിൽ ഒരു ഇന്ത്യക്കാരനാൽ നടത്തപ്പെടുന്ന ഒരേ ഒരു സ്ഥാപനം വാർദ്ധായ്ക്കടുത്തു ശ്രീ മനോഹർ ദിവാൻ നടത്തുന്നതാണു്. ശ്രീ. വിനോബാഭാവേയുടെ പ്രചോദനവും മാർഗദർശനവും അനുസരിച്ചു് അതു നടത്തപ്പെടുന്നു. ഇന്ത്യയിൽ ഒരു നവചൈതന്യം ത്രസിക്കുകയാണെങ്കിൽ അവഗണിക്കപ്പെട്ട ഒരൊററ കുഷ്ഠരോഗിയോ തെണ്ടിയോ

25. Delhi Diary (1947, Oct·) p· 108, (India of My Dreams, pp.159—160)

ഇവിടെ ഉണ്ടാവുകയില്ല. ഇന്ത്യയിൽ കുഷ്ഠരോഗികയുടെ നില യെന്താണോ, അതുതന്നെയാണ് ആധുനികപരിഷ്കൃതലോകത്തിന്റെ കണ്ണിൽ നമ്മുടെയും സ്ഥിതിയെന്നു മനസ്സിലാക്കാൻ നാം ചുററുമൊന്നു കണ്ണോടിച്ചാൽ മാത്രം മതി. കടലിനപ്പുറത്തുള്ള നമ്മുടെ സഹോദരങ്ങളുടെ സ്ഥിതി പരിശോധിക്കുക. അപ്പോറം എന്റെ അഭിപ്രായത്തിന്റെ യാഥാർത്ഥ്യം നിങ്ങറംക്കു ബോദ്ധ്യമാകും.

26

ചിരങ്ങ്, വിഷൂചിക, പ്ലേഗ്, സാധാരണ ജലദോഷം മുതലായി മററനേകം പകർച്ചവ്യാധികളുണ്ട്. കുഷ്ഠരോഗം, ഒരുപക്ഷേ, ഇവയേക്കാളെല്ലാം പകരുന്ന സ്വാഭാവം കുറവുള്ളതാണ്. എന്തുകൊണ്ടു് മററു സാംക്രമികരോഗങ്ങളെ അപേക്ഷിച്ച് അധികം കളങ്കം കുഷ്ഠരോഗത്തിനു കല്പിക്കണം? യഥാർത്ഥത്തിലുള്ള കുഷ്ഠം അശുദ്ധമായ മനസ്സിനോടു ബന്ധപ്പെട്ടതാണ്. മനുഷ്യസഹോദരങ്ങളെ അധഃകൃതരായി കാണുകയും ഏതെങ്കിലും സമുദായത്തെയോ, മനുഷ്യവിഭാഗത്തെയോ നിന്ദിക്കയും ചെയ്യുന്നതു് ശാരീരികമായ കുഷ്ഠരോഗത്തെക്കാളും നികൃഷ്ടമായ ഒരു ദുഷ്ടമനസ്സിന്റെ ലക്ഷണമാണ്. അത്തരം ആളുകറം സമുദായത്തിലെ യഥാർത്ഥ കുഷ്ഠരോഗികളാണ്.

27

ഡോക്ടർ സാന്ദ്രാ ഒരു കുഷ്ഠരോഗചികിത്സാവിദഗ്ദ്ധനാണ്. അദ്ദേഹം പറയുന്നതു് അർത്ഥവത്തായിരിക്കണം. പശുക്കളെക്കുറിച്ചുള്ള എന്റെ അഭിപ്രായങ്ങറംക്കു പുറമേ, പലതരം പാലുകളുടെ ആപേക്ഷികമൂല്യം കണ്ടുപിടിക്കുക എന്ന ഒരു കത്തവ്യം വൈദ്യവൃത്തിക്കാർ രാജ്യത്തിനുവേണ്ടി നിറവേററണ്ടതായിട്ടുണ്ട്.

* 'പശുക്കളുടെ സംരക്ഷണം, കുഷ്ഠരോഗത്തിൽനിന്നും നമ്മെ സംരക്ഷിക്കുമെന്നുള്ള സിദ്ധാന്തത്തെ പിൻതാങ്ങുന്നതിനു ശാസ്ത്രീയമായ വാദങ്ങറം ഒന്നും ഉന്നയിക്കാൻ എനിക്കു സാദ്ധ്യമല്ല. എന്നാൽ പാലിന്റെ ഉപയോഗം കുഷ്ഠരോഗത്തിന്റെ തീക്ഷ്ണത കുറയ്ക്കുമെന്നുള്ളതിനു തെളിവുണ്ട്.

കഴിഞ്ഞ നൂററാണ്ടിൽ, അമൃതസരസ് ജില്ലയിലെ സിതാലിനി എന്ന സ്ഥലത്തെ ഒരു സിക്ക് ബാബി കുഷ്ഠരോഗം ഭേദപ്പെടുത്തുന്നതിൽ പ്രസിദ്ധനായി. ഈ പ്രസിദ്ധി ഗവർമെന്റിന്റെ ചെവിയിലും എത്തി. ഈ ചികിത്സയെ സംബന്ധിച്ച

---

26. Delhi Diary (1947, Oct.) p. 111, (India of My Dreams, p. 160)
27. Harijan, 29-3—'42. (Diet and Diet Reform, pp. 71—72)
* ഡോക്ടർ സാന്ദ്രായുടെ അഭിപ്രായങ്ങളാണ് ഗാന്ധിജി ഇവിടെ ഉദ്ധരിക്കുന്നതു്.

പൊതുജനങ്ങളുടെ വിശ്വാസം വളരെയേറെ ശക്തമായിരുന്നതിനാൽ, ഗവർമെൻറ് അതിനെക്കുറിച്ച് ഒരന്വേഷണം നടത്തി. അമൃതസരസിലെ സിവിൽ സർജൻ സിതാലിനി സന്ദർശിക്കയും, രോഗം ഭേദപ്പെടുന്നുണ്ടെന്ന കേട്ടത് യഥാർത്ഥമാണെന്നും അത് എന്തെങ്കിലും രഹസ്യമായ ഔഷധത്താലല്ലെന്നും, ഒരു നല്ല അളവ് പാൽ, അവിടെ താമസിക്കുന്ന കുഷ്ഠരോഗികളുടെ ആഹാരത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നതുകൊണ്ടാണെന്നും അറിയിച്ചു.

കുഷ്ഠരോഗപ്രതിരോധസംരഭത്തിൻെറ പിതാവായ ഡോക്ടർ മുരി കുഷ്ഠരോഗികൾ ദിവസവും രണ്ടുസേർ പാൽ കഴിക്കണമെന്ന നിർദേശിക്കുന്നുണ്ട്. അദ്ദേഹം തയ്യാറാക്കിയ പ്രചരണലഘുപത്രികകളിൽ, ഒരു പശുവിൻെറ പടമുണ്ടായിരുന്ന അദ്ദേഹം പശുവിൻപാൽ ഉപയോഗിക്കണമെന്ന നിഷ്കർഷിക്കയും ചെയ്തിരുന്നു.

ഘോരമായ കുഷ്ഠരോഗം ബാധിച്ച കുട്ടികൾക്ക് ഔഷധങ്ങൾക്ക പുറമെ പാടനീക്കിയ പാൽകൂടി കൊടുക്കമ്പോൾ, അവരുടെ രോഗം കൂടുതൽ വേഗത്തിൽ ശാന്തമാകുന്നുവെന്ന് ദക്ഷിണേന്ത്യയിലെ ഡോക്ടർ കോച്ച്റേയിൻ ഈയിടെ കണ്ടുപിടിക്കയുണ്ടായി. വിദേശങ്ങളിൽനിന്ന പാൽപ്പൊടി വരുത്തുന്നതിനുപകരം, അതതു സ്ഥലത്തുനിന്നുതന്നെ പാൽ വാങ്ങിയിരുന്നുവെങ്കിൽ അദ്ദേഹത്തിനു ഒരു വലിയ സേവനം ചെയ്യുവാൻ കഴിയുമായിരുന്നു. അത്, ഗോസേവ ചെയ്യുന്നതിന് കുഷ്ഠരോഗികൾക്ക് അവസരം നൽകുകയും, അടുക്കളത്തോട്ടത്തിനുവേണ്ട വളം നൽകുകയും ചെയ്യുമായിരുന്നു. ജീവകം 'എ' കുഷ്ഠരോഗകാഠിന്യം കുറയ്ക്കുമെന്ന കുറച്ചുകാലങ്ങൾക്ക മുമ്പു പറയപ്പെട്ടിരുന്നു. ധാരാളമായി പശുവിൻപാലിൽ, വിശേഷിച്ചു പച്ചപ്പുല്ല തിന്നുന്ന പശുക്കളുടെ പാലിൽ ജീവകം' 'എ' വളരെയേറെ ഉണ്ടെന്ന് നമുക്കറിയാം, അങ്ങനെ പശുവിൻപാലിൻെറ ഉപയോഗം കുഷ്ഠരോഗത്തിൻെറ കൊടുമ കുറയ്ക്കുമെന്നതിനു ശാസ്ത്രീയമായ ചില സൂചനകൾ നമുക്ക കിട്ടിയിട്ടുണ്ട്. രോഗത്തിൻെറ കാഠിന്യം കുറയുമ്പോൾ, പകരുവാനുള്ള അതിൻെറ കഴിവു നശിക്കുന്നതുമൂലം സ്വാഭാവികമായി കുഷ്ഠരോഗികളുടെ എണ്ണം കുറയുകയും ചെയ്യും.

എച്ച്. ബ്രഹ്മചര്യവും ആരോഗ്യവും

28

ആരോഗ്യത്തിൻെറ താക്കോലുകൾ അനേകമാണ്; അവയെല്ലാം തികച്ചും അത്യാവശ്യവുമാണ്; എന്നാൽ അവയിലെല്ലാം

28· ആരോഗ്യത്തെപ്പററി ഗുജറാത്തിൽ ഗാന്ധിജി എഴുതിയ പുസ്തകത്തിൻെറ അദ്ധ്യായം (part 1, Ch. IX). (Self-restraint V. Self-indulgence, pp. 49—57)

ഉപരിയായി ആവശ്യമുള്ള ഒന്നാണ് ബ്രഹ്മചര്യം. ശുദ്ധവായുവും ശുദ്ധജലവും പൂർണാഹാരവും തീർച്ചയായും ആരോഗ്യത്തിനു സഹായകമാണ്. എന്നാൽ സമ്പാദിക്കുന്ന ആരോഗ്യം മുഴുവൻ ചെലവാക്കുകയാണെങ്കിൽ, എങ്ങനെയാണ് നാം ആരോഗ്യവാന്മാരായിരിക്കുക? നേടുന്ന പണം മുഴുവനും ചെലവാക്കുകയാണെങ്കിൽ, നാം എങ്ങനെ പാപ്പരാവാതിരിക്കും? യഥാർത്ഥ ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കാതെ സ്ത്രീപുരുഷന്മാർക്ക് ഒരിക്കലും ഊർജ്ജസ്വലരോ ശക്തരോ ആയിരിക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ലെന്നുള്ളതിൽ യാതൊരു സംശയവുമുണ്ടാവാൻ വഴിയില്ല.

അപ്പോൾ എന്താണ് ബ്രഹ്മചര്യം? സ്ത്രീയും പുരുഷനും പരസ്പരം വിഷയസംബന്ധമായി പരിചയപ്പെടുന്നതിൽനിന്ന് ഒഴിഞ്ഞുമാറി നിൽക്കണമെന്നാണ് അതിനർത്ഥം. അതായത്, വിഷയസംബന്ധമായ ചിന്തയോടുകൂടി അവർ പരസ്പരം സ്പർശിക്കരുത്; അവർ സ്വപ്നത്തിൽപ്പോലും അതിനെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കരുത്. വിഷയസംബന്ധമായ യാതൊരു സൂചനയും അവരുടെ പരസ്പരമുള്ള നോട്ടത്തിൽപ്പോലും ഉണ്ടായിരിക്കരുത്. ഈശ്വരൻ നമുക്കു നൽകിയിരിക്കുന്ന നിഗൂഢശക്തിയെ ശരിയായ ആത്മനിയന്ത്രണംകൊണ്ടു സംരക്ഷിക്കയും, ശരീരത്തിന്റെ മാത്രമല്ല മനസ്സിന്റെയും ആത്മാവിന്റെയും ഊർജ്ജവും ശക്തിയുമായി അതിനെ രൂപപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യണം.

എന്നാൽ നമുക്കു ചുററും ഇന്ന് നാം കാണുന്ന കാഴ്ചയെന്താണ്? പുരുഷന്മാരും സ്ത്രീകളും, പ്രായമായവരും ചെറുപ്പക്കാരും, ഒരുപോലെ വിഷയാസക്തിയുടെ വലയിൽ അകപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. കാമംകൊണ്ടു മിക്കവാറും അന്ധരായ അവരിൽ ശരിയുടെയും തെററിന്റെയും എല്ലാ ബോധവും നഷ്ടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. അതിന്റെ മാരകമായ സ്വാധീനത്തിലടിമപ്പെട്ട് ഭ്രാന്തരെപ്പോലെ വർത്തിക്കുന്ന ആൺകുട്ടികളേയും, പെൺകുട്ടികളെയുംകൂടി ഞാൻതന്നെ കണ്ടിട്ടുണ്ട്. അത്തരം സ്വാധീനത്തിൽപ്പെട്ട് ഞാനും അങ്ങനെതന്നെ പെരുമാറിയിട്ടുണ്ട്. അങ്ങനെയല്ലാതെ വരികയുമില്ല. നൈമിഷികമായ സന്തോഷത്തിനായി വളരെ കഷ്ടപ്പെട്ടു സംഭരിച്ച ജീവപ്രധാനമായ ഊർജ്ജശേഖരം മുഴുവൻ ഒരു നിമിഷത്തിനകം നാം ബലികഴിക്കുന്നു. ആ ആസക്തി കഴിയുന്നതോടെ, നിർഭാഗ്യകരമായ ഒരു അവസ്ഥയിൽ നാം എത്തിയതായും മനസ്സിലാകുന്നു. പിറേറദിവസം കാലത്തു നിരാശാജനകമാംവണ്ണമുള്ള ദൗർബല്യവും ഉന്മേഷക്കുറവും നമുക്കനുഭവപ്പെടുന്നു. മനസ്സ് അതിന്റെ പ്രവൃത്തികൾ ചെയ്യാൻ വിസമ്മതിക്കുന്നു. പിന്നെ, ആ അനർത്ഥത്തിനു പരിഹാരമായി കൂടിയ തോതിൽപോലും, ഭസ്മങ്ങളും എന്നുവേണ്ട ഫലത്തും നാം കഴിക്കുന്നു. എല്ലാ തരത്തിലുള്ള സിരാപോഷകൗഷധങ്ങളും നാം കഴിക്കയും, വ്യർത്ഥമാക്കിക്കളഞ്ഞതിനു പരിഹാരം കാണുവാനും സുഖാസ്വാദനത്തിനുള്ള കഴിവു തിരിച്ചുകിട്ടുന്നതിനു

വേണ്ടി നാം ഡോക്ടറുടെ ദയസ്സു നമ്മെത്തന്നെ വിധേയമാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അങ്ങനെ ദിവസങ്ങളും വർഷങ്ങളും കടന്നുപോകുന്നു; അവസാനം വയസ്സുകാലം വന്നെത്തുന്നു. അപ്പോഴേക്കും നാം ശാരീരികമായും മാനസികമായും തികച്ചും പുരുഷത്വമില്ലാത്തവരായിത്തീർന്നിരിക്കും.

എന്നാൽ പ്രകൃതിയുടെ നിയമം ഇതിനുനേരേ വിപരീതമാണ്. പ്രായം വർദ്ധിക്കുന്തോറും നമ്മുടെ ബുദ്ധിക്കൂർമ്മയും വർദ്ധിക്കണം: കൂടുതൽകാലം ജീവിക്കുന്നതിനനുസരിച്ച് നമ്മുടെ സംഭൃതാനുഭവങ്ങളുടെ സൽഫലങ്ങൾ സഹോദരങ്ങൾക്കു പകർന്നുകൊടുക്കാനുള്ള കഴിവും കൂടുതലാകണം. യഥാർത്ഥ ബ്രഹ്മചാരികളായിരുന്നവരുടെ കാര്യത്തിൽ നിശ്ചയമായും അങ്ങനെതന്നെയായിരുന്നു. അവർക്കു മരണഭയമെന്തെന്നറിവില്ല. മരണസമയത്തുപോലും അവർ ഈശ്വരനെ മറക്കുന്നില്ല. വ്യർത്ഥമായ ആഗ്രഹങ്ങളിൽ അവർ മുഴുകുന്നുമില്ല. അധരങ്ങളിൽ പുഞ്ചിരിയുമായി അവർ മരിക്കുന്നു. വിധിദിവസത്തെ ധൈര്യസമേതം നേരിടുകയും ചെയ്യുന്നു. അവരാണ് യഥാർത്ഥത്തിലുള്ള പുരുഷന്മാരും സ്ത്രീകളും. തങ്ങളുടെ ആരോഗ്യം സംഭരിച്ചു സൂക്ഷിച്ചവരെന്ന് അവരെക്കുറിച്ചു മാത്രമേ പറയാൻ സാധിക്കയുള്ളൂ.

ലോകത്തിലുള്ള അഹങ്കാരം, ദ്വേഷ്യം, ഭയം, അസൂയ എന്നിവയുടെയെല്ലാം മൂലകാരണം വൈകാരികനിയന്ത്രണമില്ലായ്മയാണെന്ന വസ്തുത നാം മനസ്സിലാക്കുന്നേയില്ല. നമ്മുടെ മനസ്സ് നമ്മുടെ നിയന്ത്രണത്തിനധീനമല്ലെങ്കിൽ, ദിവസവും ഒരിക്കലോ അതിൽ കൂടുതലോ പ്രാവശ്യം കൊച്ചുകുട്ടികളെക്കാളുമധികം മറയരായി നാം പെരുമാറുമെങ്കിൽ, അറിഞ്ഞോ അറിയാതെയോ എന്തു പാപമാണ് പിന്നെ നാം ചെയ്യാനിടയില്ലാത്തതു്? നമ്മുടെ പ്രവൃത്തികളുടെ ഫലം എത്രതന്നെ ദോഷകരമോ പാപകരമോ ആയാലും, അവയെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കുന്നതിനു നമുക്ക് എങ്ങനെ സാവകാശം കിട്ടും?

എന്നാൽ, നിങ്ങൾ ചോദിച്ചേക്കാം, 'ഈ അർത്ഥത്തിൽ ഒരു യഥാർത്ഥബ്രഹ്മചാരിയെ ആരെങ്കിലും എന്നെങ്കിലും കണ്ടിട്ടുണ്ടോ? എല്ലാ മനുഷ്യരും ബ്രഹ്മചാരികളായാൽ, മനുഷ്യവംശം മാഞ്ഞുപോകയില്ലേ? ലോകം മുഴുവൻ യാതനയിലും നാശത്തിലുമായിപ്പോവുകയില്ലേ?' എന്ന്. ഈ പ്രശ്നത്തിന്റെ മതപരമായ വശം മാററിവച്ചിട്ട്, വെറും ഭൗതികമായ വീക്ഷണത്തിൽ അതിനെക്കുറിച്ചു നമുക്കു പ്രതിപാദിക്കാം. ഈ ചോദ്യങ്ങൾ നമ്മുടെ ഭീരുത്വത്തെയും, അതിലും വഷളായ അവസ്ഥയേയും മാത്രമാണു വെളിപ്പെടുത്തുന്നതെന്ന് എനിക്കു തോന്നുന്നു. ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കുന്നതിനുള്ള മനഃശക്തി നമുക്കില്ല. അതുകൊണ്ടു നമ്മുടെ ചുമതല ഒഴിവാക്കുന്നതിനു നാം ഓരോ ഒഴികഴിവു് കണ്ടുപിടിക്കുവാൻ തുടങ്ങുന്നു. യഥാർത്ഥ ബ്രഹ്മചാരികളുടെ വംശം ഒരുപ്രകാരത്തിലും

വേരററുപോയിട്ടില്ല. എന്നാൽ അത്ര സാധാരണമായി കാണപ്പെടുന്നവരാണ അവരെങ്കിൽ, പിന്നെ ബ്രഹ്മചര്യത്തിൻെറ മഹാത്മ്യമെന്താണ്? ശക്തരായ ആയിരക്കണക്കിന്ന കൂലിക്കാർ രത്നങ്ങാം തേടി ഭൂമിയുടെ ഉള്ളിലേക്ക ഇറങ്ങി അഗാധമായി കുഴിക്കുന്നു. ഒടുവിൽ ഒരുപക്ഷേ കൂനക്കൂനയായിട്ടുള്ള പാറകളിൽനിന്നും വെറും ഒരു പിടി രത്നംമാത്രമേ അവർക്ക കിട്ടിയുള്ളു എന്നു വരാം. അപ്പോാം ബ്രഹ്മചര്യമാകുന്ന അഖണ്ഡമൂല്യമായ രത്നം കണ്ടുപിടിക്കാനുള്ള അദ്ധ്വാനം എത്രമേൽ കൂടുതലായിരിക്കണം? ബ്രഹ്മചര്യാനുഷ്ഠാനത്തിന്നർത്ഥം ലോകാവസാനമെന്നാണെങ്കിൽ അതു നമ്മുടെ കാര്യമൊന്നുമല്ല. ലോകത്തിൻെറ ഭാവിയെപ്പററി ഇത്രമാത്രം വ്യാകുലപ്പെടുവാൻ നാം ദൈവമാണോ? അതിനെ സൃഷ്ടിച്ചവൻ തീർച്ചയായും അതിൻെറ നിലനില്പിൻെറ കാര്യത്തിലും ശ്രദ്ധിച്ചുകൊള്ളും. മററുള്ളവർ ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കുന്നുണ്ടോ ഇല്ലയോ എന്ന് അന്വേഷിക്കുവാൻ നാം ബുദ്ധിമുട്ടേണ്ടതില്ല. നാം ഏതെങ്കിലും ഒരു വ്യവസായത്തിലോ തൊഴിലിലോ പ്രവേശിക്കുമ്പോാം, എല്ലാ മനുഷ്യരും അതുപോലെ ചെയ്താൽ ലോകത്തിൻെറ സ്ഥിതിയെന്തായിരിക്കുമെന്ന് എപ്പോഴെങ്കിലും ആലോചിച്ചു നിൽക്കാറുണ്ടോ? ഒരു യഥാർത്ഥ ബ്രഹ്മചാരി കാലം ചെല്ലുമ്പോാം ഇത്തരം പ്രശ്നങ്ങളുടെയെല്ലാം ഉത്തരം സ്വയം കണ്ടുപിടിച്ചുകൊള്ളും.

ഭൗതിക ലോകത്തിൻെറ വൈഷമ്യങ്ങളിൽ മുഴുകിയിരിക്കുന്ന മനുഷ്യൻ ഈ തത്വങ്ങാം എങ്ങനെ പ്രയോഗത്തിൽ കൊണ്ടുവരാനാണ്? വിവാഹിതരായവരുടെ സ്ഥിതി എന്താണ്? കുട്ടികാം ഉള്ളവർ എന്തു ചെയ്യണം? സ്വയം നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിവില്ലാത്തവർ എന്തു ചെയ്യണം? നമുക്ക് എത്തേണ്ട ഏററവും ഉയർന്ന സ്ഥിതി ഏതെന്നു നാം ഇതിനകം കണ്ടുകഴിഞ്ഞു. ഈ മാതൃക എപ്പോഴും നാം നമ്മുടെ മുമ്പിൽ സൂക്ഷിക്കയും അതിനോടടുക്കാൻ നമ്മുടെ കഴിവിൻെറ അങ്ങേയററം ശ്രമിക്കയും വേണം; ചെറിയ കുട്ടികാം അക്ഷരമാലയിലെ അക്ഷരങ്ങാം എഴുതാൻ പഠിക്കുമ്പോാം നാം അവർക്ക അക്ഷരങ്ങളുടെ പൂർണ്ണമായ രൂപം കാണിച്ചുകൊടുക്കയും അവരാൽ കഴിയുന്നിടത്തോളം നന്നായി അതു പകർത്തുവാൻ അവർ ശ്രമിക്കയും ചെയ്യും. അതുപോലെതന്നെ ബ്രഹ്മചര്യത്തിൻെറ ആദർശം പ്രാപിക്കാൻ നാം സ്ഥിരതയോടെ ശ്രദ്ധിക്കയാണെങ്കിൽ അതിലെത്തുന്നതിൽ നാം അവസാനം വിജയിക്കും. ഇതിനകം നാം വിവാഹിതരാണെങ്കിൽ എന്തു ചെയ്യും? ഭർത്താവും ഭാര്യയും സന്താനങ്ങാംക്കായി ആഗ്രഹിക്കുമ്പോാം മാത്രമേ ബ്രഹ്മചര്യം ലംഘിക്കാവൂ എന്നാണ പ്രകൃതിനിയമം. ഈ നിയമം ഓർമിച്ചുകൊണ്ട് നാലോ അഞ്ചോ വർഷത്തിലൊരിക്കൽ ബ്രഹ്മചര്യം ലംഘിക്കുന്നവർ കാമത്തിന്ന അടിമകളാകയില്ല. അവരുടെ ജീവപ്രധാനമായ ഊർജശേഖരത്തിൽ അധികം നഷ്ടപ്പെടുകയില്ല. എന്നാൽ കഷ്ടം!

സന്താനോത്പാദനത്തിനുവേണ്ടി മാത്രം ലൈംഗികതൃഷ്ണയ്ക്കു വഴ ങ്ങിക്കൊടുക്കുന്ന പുരുഷന്മാരും സ്ത്രീകളും എത്ര വിരളമാണ്. ഭൂരി പക്ഷം ആളുകളും അവരുടെ വിഷയസംബന്ധമായ വികാരത്തെ തൃ പ്തിപ്പെടുത്താൻവേണ്ടിമാത്രം ലൈംഗികസുഖങ്ങളിലേക്കു തിരിയു ന്നതുകൊണ്ടു് അവരുടെ ആഗ്രഹത്തിനു വിപരീതമായി അവർക്കു കുട്ടികളുണ്ടാകുകയാണ്. രതിവികാരഭ്രാന്തിൽ സ്വന്തം പ്രവൃത്തിക ളുടെ ഫലത്തെക്കുറിച്ചു അവർ ചിന്തിക്കുന്നില്ല. ഇക്കാര്യത്തിൽ സ്ത്രീകളേക്കാളേറെ പുരുഷന്മാരെയാണു കുററപ്പെടുത്തേണ്ടതു്. കാമ ത്താൽ ഭ്രാന്തനായ ഒരു മനുഷ്യൻ അയാളുടെ ഭാര്യയ്ക്കു ക്ഷീണമുണ്ടെ ന്നോ ഒരു കുട്ടിയെ ഗർഭം ധരിക്കുന്നതിനോ വളർത്തിയെടുക്കുന്നതി നോ അവൾക്കു സാദ്ധ്യമല്ലെന്നോ ഓർക്കാറില്ല,....മാതൃത്വത്തിന്റെ ഭാരിച്ച ചുമതല നമ്മുടെ സ്ത്രീകളുടെമേൽ അടിച്ചേല്പിക്കുന്ന തിൽനിന്നു നാം പിൻതിരിയുന്നില്ല. നമ്മുടെ കുട്ടികൾ ബലഹീ നരും ശക്തി ക്ഷയിച്ചവരും ക്ഷീണിതരും ആണോ എന്നുപോലും നാം ശ്രദ്ധിക്കാറില്ല. ഓരോ പ്രാവശ്യവും നമുക്കു് ഒരു കുട്ടിയെ കി ട്ടുമ്പോൾ നാം കൃതജ്ഞതാപൂർവം ഈശ്വരനോടു പ്രാർത്ഥിക്കയും അ ങ്ങനെ നമ്മുടെ പ്രവൃത്തിയുടെ ദുഷ്ടതയെ നമ്മിൽനിന്നുതന്നെ മറയ്ക്കു വാൻ ശ്രമിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ബലഹീനരും വിഷയാസക്തരും മുടന്ത രും ഭീരുക്കളുമായ കുട്ടികളെ ലഭിക്കുന്നതു് ഈശ്വരകോപത്തിന്റെ ഒരു സൂചനയായിട്ടല്ലേ നാം കരുതേണ്ടതു്? വെറും ബാലികാബാ ലന്മാർക്കു കുഞ്ഞുങ്ങളുണ്ടാകുന്നതു സന്തോഷിക്കാനുള്ള ഒരു വസ്തുതയാ ണോ? അതു് ഒരു ശാപമല്ലേ? വളരെ പ്രായം കുറഞ്ഞ ഒരു ചെ ടിക്കു് അകാലത്തിലുണ്ടാകുന്ന ഫലം ചെടിയെ ക്ഷീണിപ്പിക്കുമെ ന്നു നമുക്കറിയാം. അതുകൊണ്ടു് എല്ലാ രീതികളുമുപയോഗിച്ചു ഫ ലത്തിന്റെ ആഗമം നാം താമസിപ്പിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഒരു ബാല നായ അച്ഛനും ബാലികയായ അമ്മയ്ക്കും സന്താനമുണ്ടാകുമ്പോൾ നാം സ്തോത്രഗാനങ്ങൾ പാടുകയും ഈശ്വരനു നന്ദി പ്രകടിപ്പിക്കുക യും ചെയ്യുന്നു. ഇതിലും ഭയാനകമായി മറെറന്തെങ്കിലുമുണ്ടോ? ഇ ന്ത്യയിലൊ മറെറവിടെയെങ്കിലുമോ അവസാനമില്ലാതെ വദ്ധിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഇത്തരം നിർവീര്യമായ കുട്ടികളുടെ സംഖ്യാതീത മായ കൂട്ടങ്ങൾകൊണ്ടു ലോകം രക്ഷപെടുമെന്നു നാം വിചാരിക്കുന്നു ണ്ടോ? വാസ്തവത്തിൽ ഈ കാര്യത്തിൽ നാം തിര്യക്കുകളേക്കാൾ വളരെ അധഃപതിച്ചവരാണ്. കാരണം അവരുടെ കാര്യത്തിൽ സന്താനം ഉണ്ടാകണമെന്ന ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടി മാത്രമാണു് ആണും പെണ്ണും ഒന്നിക്കുന്നതു്. ഗർഭം ധരിക്കുന്നതു മുതൽ കുട്ടിയുടെ മുലകു ടി മാറുന്നതുവരെ അന്യോന്യം മാറിയിരിക്കണമെന്നതു് ഒരു വിശുദ്ധ കർത്തവ്യമായി സ്ത്രീയും പുരുഷനും കരുതണം. എന്നാൽ ആ ശുദ്ധമായ കർത്തവ്യം സസന്തോഷം മറന്നു് അപകടകരമായ ആ ര സത്തിൽ നാം തുടർന്നുപോകുന്നു. ഏറെക്കുറെ ഭേദപ്പെടുത്താൻ സാ ദ്ധ്യമല്ലാത്ത ഈ സുഖക്കേടു നമ്മുടെ മനസ്സിനെ ക്ഷീണിപ്പിക്കയും,

യാതനാമയമായ ഈ ജീവിതം കുറച്ചുകാലം വലിച്ചിഴച്ചുകൊണ്ടു പോകാൻ അനുവദിച്ചശേഷം, നമ്മെ അകാലമരണത്തിലേക്കുനയിക്കയും ചെയ്യുന്നു. വിവാഹത്തിന്റെ യഥാർത്ഥ ഉദ്ദേശ്യം വിവാഹിതരായ ആളുകൾ അറിഞ്ഞിരിക്കേണം. സന്താനോത്പാദനോദ്ദേശ്യത്തിനല്ലാതെ ബ്രഹ്മചര്യം ലംഘിക്കരുതു്.

ഇപ്പോഴത്തെ ജീവിതസാഹചര്യങ്ങളിൽ ഇതു വളരെ പ്രയാസമാണു്. നമ്മുടെ ആഹാരക്രമവും നമ്മുടെ ജീവിതരീതിയും നമ്മുടെ സാധാരണ സംഭാഷണവും നമ്മുടെ ചുററുപാടും എല്ലാം മൃഗീയവികാരങ്ങൾ ഉണർത്താൻ ഒരുപോലെ പര്യാപ്തങ്ങളാണു്. നമ്മുടെ ജീവൻവരെ കാർന്നുതിന്നുന്ന ഒരു വിഷം കണക്കാണു കാമവികാരം. ഈ അടിമത്തത്തിൽനിന്നു നമ്മെ സ്വതന്ത്രരാക്കുന്നതിനുള്ള സാദ്ധ്യതകളെപ്പററി ചിലർ സംശയിച്ചേക്കും. അത്തരം സംശയചിന്തകളോടുകൂടി നടക്കുന്നവർക്കുവേണ്ടി അല്ല ഇതു് എഴുതപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതു്. എന്നാൽ യഥാർത്ഥമായ ഔത്സുക്യമുള്ളവരും ആത്മാഭിവൃദ്ധിക്കുവേണ്ടി സജീവമായ നടപടികളെടുക്കാൻ ധൈര്യമുള്ളവരും ആയ ആളുകൾക്കുവേണ്ടി മാത്രമാണിതു്. ഇപ്പോഴത്തെ തങ്ങളുടെ നീചമായ അവസ്ഥയിൽ തികച്ചും തൃപ്തിയുള്ളവക്കു് ഇതു വായിക്കുവാൻപോലും മടുപ്പു തോന്നും. എന്നാൽ തങ്ങളുടെ നിരാശാജനകമായ വിഷമാവസ്ഥ മനസ്സിലാക്കയും അതിൽ അതൃപ്തി തോന്നുകയും ചെയ്യുന്നവക്കു് ഇതു് എന്തെങ്കിലും ഒരു സഹായമായിരിക്കുമെന്നു ഞാൻ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു.

ഞാൻ പറഞ്ഞതിൽനിന്നെല്ലാം സിദ്ധിക്കുന്നതു് ഇതാണു്: ഇതുവരെ അവിവാഹിതരായിരുന്നവർ ഇനിയും അങ്ങനെതന്നെ തുടരാൻ ശ്രമിക്കണം. എന്നാൽ വിവാഹം ചെയ്യാതിരിക്കാൻ അവക്കു സാധ്യമല്ലെങ്കിൽ, അവരാൽ കഴിയുന്നിടത്തോളം അതു നീട്ടിക്കൊണ്ടുപോകണം. ഉദാഹരണമായി ചെറുപ്പക്കാരായ യുവാക്കന്മാർ, അവക്കു ഇരുപത്തിയഞ്ചോ, മുപ്പതോ വയസ്സാകുന്നതുവരെ അവിവാഹിതരായിരിക്കുമെന്നു് ഒരു പ്രതിജ്ഞയെടുക്കണം. ശാരീരികേതരമായ എല്ലാ പ്രയോജനങ്ങളെക്കുറിച്ചും നമുക്കിവിടെ ചിന്തിക്കാൻ സാധ്യമല്ല. അവ അവർ നേടുകയും, സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെ മററുള്ളവയോടൊപ്പം വന്നുകൂടുകയും ചെയ്തുകൊള്ളും.

ഈ അദ്ധ്യായം വായിക്കുന്ന മാതാപിതാക്കന്മാരോടു് എനിക്കുള്ള അഭ്യർത്ഥനയിതാണു്: തങ്ങളുടെ കുട്ടികളെക്കൊണ്ടു ചെറുപ്പത്തിലെ വിവാഹം ചെയ്യിച്ചു്,അവരുടെ കഴുത്തിൽ ഒരു തിരികല്ലു കെട്ടിയിടരുതു്. ഉയർന്നുവരുന്ന തലമുറയുടെ ഐശ്വര്യത്തിൽ അവർ ശ്രദ്ധവയ്ക്കണം; തങ്ങളുടെ ദുരഭിമാനത്തെ തൃപ്തിപ്പെടുത്താൻ ശ്രമിക്കരുതു്. എല്ലാ തരത്തിലുമുള്ള കുടുംബഗർവത്തേയും ബഹുമതിയെയും കുറിച്ചുള്ള അർത്ഥശൂന്യമായ ചിന്തകൾ കളയുകയും,

അത്തരം ഹൃദയമില്ലാത്ത നടപടികളിൽ ഏർപ്പെടുന്നതിൽനിന്നു വിരമിക്കയും വേണം. അവർ തങ്ങളുടെ കുട്ടികളുടെ യഥാർത്ഥ അഭ്യുദയകാംക്ഷികളാണെങ്കിൽ കുട്ടികളുടെ ശാരീരികവും മാനസികവും ആത്മീയവുമായ അഭ്യുദയത്തിൽ ശ്രദ്ധപതിപ്പിക്കട്ടെ. വെറും കുട്ടികളായിരിക്കുമ്പോൾ തന്നെ ഭീമമായ ചുമതലകളും, ഉൽക്കണ്ഠകളും നിറഞ്ഞ വൈവാഹികജീവിതത്തിൽ പ്രവേശിക്കുവാൻ അവരെ നിർബന്ധിക്കുന്നതിനേക്കാൾ വലിയ മറ്റൊന്തു ദ്രോഹമാണു് അവർ തങ്ങളുടെ കുട്ടികളോടു ചെയ്യാനുള്ളതു്.

ആരോഗ്യത്തിന്റെ ശരിയായ നിയമങ്ങൾ അനുസരിച്ചു്, ഭാര്യ നഷ്ടപ്പെട്ട പുരുഷനും അതുപോലെ ഭർത്താവു നഷ്ടപ്പെട്ട സ്ത്രീയും പിന്നീടു് എന്നത്തേക്കും കൂട്ടില്ലാതെതന്നെ ജീവിക്കണം. ചെറുപ്പക്കാരായ പുരുഷന്മാരും, സ്ത്രീകളും തങ്ങളുടെ ജൈവോർജം എപ്പോഴെങ്കിലും നഷ്ടപ്പെടുത്തേണ്ട കാര്യമുണ്ടോ എന്നതിനെസ്സംബന്ധിച്ച ഭിഷഗ്വരന്മാരുടെ ഇടയിൽ അഭിപ്രായവ്യത്യാസമുണ്ടു്. ഈ പ്രശ്നത്തിനു ചിലർ അനുകൂലിച്ചും ചിലർ പ്രതികൂലിച്ചും ഉത്തരം നൽകുന്നുണ്ടു്. ഭിഷഗ്വരന്മാർ അങ്ങനെ വിയോജിക്കുമ്പോൾ വൈദ്യാഭിപ്രായം നമ്മെ പിൻതാങ്ങുന്നുണ്ടെന്ന ബോധ്യത്തിന്മേൽ നാം അമിതാസ്വാദനത്തിനു വഴിപ്പെട്ടുപോകരുതു്. ലൈംഗികസുഖം അത്യാവശ്യമില്ലെന്നു മാത്രമല്ല, ആരോഗ്യത്തിനു തീർച്ചയായും ഹാനികരംകൂടിയാണെന്നു്, എന്റെ മാത്രമല്ല മറ്റുള്ളവരുടെ അനുഭവത്തിൽനിന്നുകൂടി യാതൊരു സംശയവും കൂടാതെ എനിക്കു പറയാൻ കഴിയും. ജൈവോർജം ഒരൊററ പ്രാവശ്യം നിർഗമിക്കുമ്പോൾതന്നെ ശരീരവും മനസ്സും വളരെയേറെ നാൾ കൊണ്ടു സമ്പാദിച്ച എല്ലാ ശക്തിയും നഷ്ടപ്പെടുന്നു. നഷ്ടപ്പെട്ട ഈ ചൈതന്യം വീണ്ടുകിട്ടുന്നതിനു കുറെ സമയമെടുക്കും. അപ്പോഴും അതു പൂർണ്ണമായി തിരികെ കിട്ടുമോ എന്നു യാതൊരു നിശ്ചയവുമില്ല. പൊട്ടിയ ഒരു കണ്ണാടി കൂട്ടിച്ചേർത്തു് അതിന്റെ പ്രവർത്തനം നിർവഹിക്കാം. എന്നാൽ അതു് എന്നും പൊട്ടിയ കണ്ണാടിയല്ലാതെ മറ്റൊന്നുമായിരിക്കയില്ല

മുൻപു ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചതുപോലേ ശുദ്ധമായ വായു, ശുദ്ധമായ വെള്ളം, ശുദ്ധവും പൂർണവുമായ ആഹാരം, ശുദ്ധമായ ചിന്തകൾ. ഇവ കൂടാതെ നമ്മുടെ ഊർജത്തെ സംരക്ഷിക്കാൻ സാധ്യമല്ല. ശുചിയായ ജീവിതം നയിക്കാതെ പൂർണ്ണആരോഗ്യമുള്ളവരായിരിക്കാൻ സാധ്യമല്ലാത്തവണ്ണം, അത്രമാത്രം പ്രധാനമാണു് ആരോഗ്യവും സദാചാരവും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം. നിഷ്കർഷയുള്ള ഒരു മനുഷ്യൻ, കഴിഞ്ഞകാലത്തെ തെററുകൾ മറന്നു്, വിശുദ്ധിയുള്ള ഒരു ജീവിതം നയിക്കാൻ തുടങ്ങിയാൽ ഉടനെതന്നെ അതിന്റെ ഫലം അനുഭവിക്കാൻ കഴിയും. അൽപ്പകാലത്തേക്കെങ്കിലും ശരിയായ ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കുന്നവർക്കു് അവരുടെ ശരീരവും മനസ്സും, ഓജസ്സിലും

കഴിവിലും ക്രമമായി മെച്ചപ്പെടുന്നതെങ്ങനെയെന്നു കാണാം. എന്തു തന്നെ വന്നാലും ഈ നിധി കൈവിട്ടു കളയാൻ അവൻ തയാറാവില്ല. ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ മൂല്യം പൂർണമായി അറിഞ്ഞതിനുശേഷവും, ഞാൻതന്നെ പല ഭ്രംശങ്ങൾക്കും വിധേയനായിട്ടുണ്ട്; തീർച്ചയായും അതുമൂലം ഞാൻ വേണ്ടുവോളം വിഷമിച്ചിട്ടുമുണ്ട്. ഇത്തരം ലംഘനങ്ങളുടെ മുൻപും പിൻപും ഉള്ള എന്റെ അവസ്ഥകളുടെ ഭീകരമായ അന്തരത്തെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുമ്പോൾ ലജ്ജയും ദുഃഖവും എന്നിൽ നിറയുന്നു. എന്നാൽ കഴിഞ്ഞകാലത്തെ തെറ്റുകളിൽനിന്നു ഞാൻ ഈ നിധിയെ അന്യൂനമായി സംരക്ഷിക്കുവാൻ പഠിച്ചിട്ടുണ്ട്; ഈശ്വരസഹായത്തോടുകൂടി ഭാവിയിലും ഇതിന്റെ സംരക്ഷണം തുടർന്നുകൊണ്ടുപോകുവാൻ ഞാൻ പൂർണമായും ആഗ്രഹിക്കുന്നു. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ വ്യക്തിപരമായി ഞാൻ ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ വിലമതിക്കാനാവാത്ത അനുഗ്രഹങ്ങൾ അനുഭവിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഞാൻ വളരെ നേരത്തെ വിവാഹിതനാകയും വെറും ഒരു യുവാവായിരിക്കുമ്പോൾത്തന്നെ കുട്ടികളുടെ പിതാവായിത്തീരുകയും ചെയ്തു. ഒടുവിൽ എന്റെ സ്ഥിതിയെക്കുറിച്ചുള്ള ബോധമെനിക്കുണ്ടായപ്പോൾ നമ്മുടെ ജീവിതത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അടിസ്ഥാനനിയമങ്ങളെ സംബന്ധിച്ച അജ്ഞതയിൽ ഞാൻ മുഴുകിയിരിക്കുന്നതായി കണ്ടു. എനിക്കെന്നെപ്പോലെ ഒരൊററ വായനക്കാരനെങ്കിലും എന്റെ പിഴകളും അനുഭവങ്ങളും ഒരു മുന്നറിയിപ്പായിത്തീരുകയും അതുമൂലം ഗുണമുണ്ടാവുകയും ചെയ്യുമെങ്കിൽ ഈ അദ്ധ്യായം എഴുതുന്നതിനു വേണ്ടുവോളം പ്രതിഫലം ലഭിച്ചിരിക്കുന്നതായി ഞാൻ കരുതിക്കൊള്ളാം. ഞാൻ ഊർജസ്വലതയും, ചുറുചുറുക്കും നിറഞ്ഞവനാണെന്നും, ഒരു പ്രകാരത്തിലും മാനസികമായി ബലഹീനനല്ലെന്നും പലരും എന്നോടു പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. ഞാൻ അതു വിശ്വസിക്കയും ചെയ്യുന്നു. മക്കടമുഷ്ടിയോളം എത്തുന്ന കെൽപ്പുള്ളവനായും ചിലർ എന്നെ കുററപ്പെടുത്തുന്നുണ്ട്. എങ്കിലും ഭൂതകാലത്തിന്റെ ദായസ്വത്തായി, ശാരീരികവും മാനസികവുമായ അനാരോഗ്യം ഇന്നുമെനിക്കുണ്ട്. എങ്കിലും എന്റെ സ്നേഹിതരോടു താരതമ്യപ്പെടുത്തുമ്പോൾ ഞാൻ ആരോഗ്യവാനും, ശക്തനും ആണെന്നു സ്വയം കരുതുന്നു. ഇരുപതു വർഷത്തെ വിഷയാസ്വാദനത്തിനുശേഷം ഈ നിലയിലെത്താൻ എനിക്കു കഴിഞ്ഞ സ്ഥിതിക്കു് ആ ഇരുപതുവഷ്വും ഞാൻ ശുദ്ധമായി ജീവിച്ചിരുന്നെങ്കിൽ എത്രമാത്രം മെച്ചപ്പെട്ട നിലയിലായിത്തീരുമായിരുന്നു! ജീവിതകാലം മുഴവൻ ബ്രഹ്മചര്യലംഘനം കൂടാതെ കഴിഞ്ഞിരുന്നെങ്കിൽ എന്റെ ഉന്മേഷവും ചുറുചുറുക്കും ഇതിനേക്കാൾ ആയിരംമടങ്ങു കൂടുതലാകുമായിരുന്നു. അതെല്ലാം എന്റേതെന്നപോലെ, രാജ്യത്തിന്റേയും അഭിവൃദ്ധിക്കായി ഉപയോഗപ്പെടുത്താൻ എനിക്കു കഴിയുകയും ചെയ്യുമായിരുന്നു എന്നാണ് എന്റെ പൂർണവിശ്വാസം. എന്നെപ്പോലുള്ള ഒരു അപൂർണ ബ്രഹ്മചാരിക്കു് ഇത്രമാത്രം ഗുണം സിദ്ധിച്ചുവെങ്കിൽ, അവിച്ഛിന്ന

മായ ബ്രഹ്മചര്യംകൊണ്ടു ശാരീരികവും മാനസികവും, ആത്മീയവു മായ ശക്തിയിൽ എത്രമാത്രം അത്ഭുതകരമായ നേട്ടങ്ങരം നമുക്കു് ഉണ്ടാകുമായിരുന്നു!

ബ്രഹ്മചര്യത്തിൻെറ നിയമംതന്നെ ഇത്രമാത്രം കർശനമായിരിക്കുമ്പോരം ന്യായമല്ലാത്ത ലൈംഗികാസ്വാദനമാകുന്ന അക്ഷന്തവ്യമായ പാപം ചെയ്യുന്നവരെക്കുറിച്ചു് എന്തു പറയാനാണു്? വ്യഭിചാരത്തിൽനിന്നും,വേശ്യാവൃത്തിയിൽനിന്നും ഉണ്ടാകുന്ന ദോഷം മതത്തേയും സന്മാർഗത്തേയും സംബന്ധിക്കുന്ന ഒരു പ്രധാനപ്രശ്നമാണു്. ആരോഗ്യസംബന്ധമായ ഒരു ഉപന്യാസത്തിൽ അതേക്കുറിച്ചു പൂർണമായി പ്രതിപാദിക്കാൻ സാധ്യമല്ല. ഇത്തരം പാപങ്ങരം ചെയ്യുന്ന ആയിരക്കണക്കിനാളുകരം, ഗുഹ്യരോഗങ്ങളാൽ കഷ്ടപ്പെടുന്നുണ്ടെന്നുമാത്രം ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നതു് ഇവിടെ മതിയാകും. പാപം ചെയ്യുന്നവരെ ശിക്ഷ വേഗംതന്നെ പിടികൂടുമെന്നുള്ളതു് ഈശ്വരൻെറ ദയാലുത്വത്തെയാണു കാണിക്കുന്നതു്. അവരുടെ ഹ്രസ്വകാലജീവിതം, രോഗശാന്തിക്കുവേണ്ടിയുള്ള വിഫലമായ അന്വേഷണത്തിൽ മുറിവൈദ്യന്മാർക്കു നികൃഷ്ടമാംവണ്ണം അടിമപ്പെട്ടുകൊണ്ടു ചെലവഴിക്കപ്പെടുന്നു. വ്യഭിചാരവും, വേശ്യാവൃത്തിയും അപ്രത്യക്ഷമാകുകയാണെങ്കിൽ ഇപ്പോഴുള്ളതിൻെറ പകുതി ഭിഷഗ്വരന്മാർക്കും അവരുടെ ജോലി നഷ്ടപ്പെടും. വ്യഭിചാരവും വേശ്യാവൃത്തിയും തുടരുന്നിടത്തോളം കാലം രോഗശമനൗഷധങ്ങളുടെ കണ്ടുപിടുത്തം എത്രമാത്രം ഉണ്ടായാലും ശരി, മനുഷ്യവർഗത്തിനു് ആശയ്ക്കു യാതൊരവകാശവുമില്ലെന്നു പ്രഖ്യാപിക്കാൻ ചിന്താശീലരായ ഭിഷഗ്വരന്മാർ പ്രേരിതരായിരിക്കുന്നു, ഗുഹ്യരോഗങ്ങരം അവയുടെ പിടികളിൽ മനുഷ്യനെ അത്രമാത്രം ഉദ്ധരിക്കാൻ കഴിയാത്തവണ്ണം ഒതുക്കിയിരിക്കുന്നുവെന്നർത്ഥം. ഈ സുഖക്കേടുകരംക്കുള്ള ഔഷധങ്ങരം തൽക്കാലം അൽപ്പം ഗുണം ചെയ്തതായി കാണാമെങ്കിലും കൂടുതൽ ഭീകരമായ മററു സുഖക്കേടുകരം ഉണ്ടാക്കുകയും അവ തലമുറയിൽനിന്നു തലമുറയിലേക്കു പകരുകയും ചെയ്യും. അത്രമാത്രം വിഷമയമാണവ.

വിചാരിച്ചതിലേറെ നീണ്ടുപോയ ഈ അദ്ധ്യായം അവസാനിപ്പിക്കുന്നതിനുമുമ്പു്, വിവാഹിതരായവർ എങ്ങനെ ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കാമെന്നു ചുരുക്കമായി ഞാൻ പറഞ്ഞുകൊള്ളട്ടെ. വായു, വെള്ളം, ആഹാരം എന്നിവയിൽക്കൂടി മാത്രം ആരോഗ്യനിയമങ്ങരം പാലിച്ചാൽ മതിയാകയില്ല. ഭർത്താവു തൻെറ ഭാര്യയുമായുള്ള വേഴ്ചയിൽ ഗോപ്യത ഒഴിവാക്കണം. അവർ രാത്രിയിൽ വെവ്വേറെ മുറികരം ഉപയോഗിക്കണം. പകൽ മുഴുവൻ നല്ല പ്രവൃത്തിയിൽ ഏർപ്പെട്ടിരിക്കണം. അവർ തങ്ങളിൽ ഉന്നതമായ ചിന്തകരം ഉളവാക്കാൻ പര്യാപ്തമായ പുസ്തകങ്ങരം വായിക്കയും, മഹാന്മാരുടെ ജീവിതത്തെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കയും, വിഷയാസ്വാദന

ങ്ങളാണ് അധികം കഷ്ടപ്പാടുകളുടെയും മൂലകാരണമെന്ന വസ്തുത സദാ മനസ്സിൽ ധരിച്ചുകൊണ്ടു ജീവിക്കയും വേണം. ലൈംഗികാസ്വാദനത്തിനുള്ള തൃഷ്ണ അവരിൽ ഉണ്ടാകുമ്പോഴെല്ലാം വികാരത്തിന്റെ ചൂട് തണുത്തു താഴുകയും അതു സൽപ്രവൃത്തികൾക്കു പ്രേരകമായ ശക്തിയായി രൂപാന്തരപ്പെടുകയും ചെയ്യത്തക്കവണ്ണം, അവർ തണുത്ത വെള്ളത്തിൽ കുളിക്കണം. ഇതു ചെയ്യാൻ പ്രയാസമുള്ള ഒരു സംഗതിയാണ്. എന്നാൽ പ്രയാസങ്ങളോടു മല്ലിടുന്നതിനും അവയെ പരാജയപ്പെടുത്തുന്നതിനുമാണു നാം ജനിച്ചിരിക്കുന്നതു്. അങ്ങനെ ചെയ്യാനുള്ള മനസ്സില്ലാത്തവൻ യഥാർത്ഥ ആരോഗ്യത്തിന്റെ പരമാനുഗ്രഹം ഒരിക്കലും അനുഭവിക്കയില്ല.

ശരീരം നമുക്കു നൽകപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതു്, അതിന്റെ സഹായത്തോടുകൂടി നാം ഈശ്വരനെ ഭക്തിപൂർവം സേവിക്കും എന്ന ധാരണയിന്മേലാണ്. നമ്മുടെ ശരീരം നമുക്കു ലഭിച്ചപ്പോൾ ഉണ്ടായിരുന്ന അതേ വിശുദ്ധിയോടുകൂടിത്തന്നെ അതിന്റെ ദാതാവിനു തിരിയെ കൊടുക്കത്തക്ക വിധം അതിനെ ആന്തരമായും ബാഹ്യമായും ശുദ്ധവും നിഷ്കളങ്കവുമായി പരിരക്ഷിക്കേണ്ടതു നമ്മുടെ ധർമമാണ്.

ശരീരമോ, മനസ്സോ വികലമായിത്തീർന്നാൽ മുഴുവൻ ഘടനയും വിഷമത്തിലാവും. അത്രമാത്രം അടുത്ത ഒരു ബന്ധമാണു ശരീരവും മനസ്സും തമ്മിലുള്ളതു്. അങ്ങനെ ആരോഗ്യമെന്ന പദത്തിന്റെ ശരിയായ അർത്ഥത്തിൽ അതിന്റെ അടിസ്ഥാനം കളങ്കമില്ലാത്ത സ്വഭാവമാണെന്നു തെളിയുന്നു. എല്ലാ അശുദ്ധചിന്തകളും അശുദ്ധവികാരങ്ങളും രോഗത്തിന്റെ വിവിധരൂപങ്ങൾ മാത്രവുമാണ്.

27

എന്റെ ചിന്തകളുടെ പൂർണയജമാനത്വം ഞാൻ ആർജിച്ചിരുന്നെങ്കിൽ കഴിഞ്ഞ പത്തു വർഷങ്ങളിൽ എന്നെ ബാധിച്ചിരുന്ന ശ്വാസകോശരോഗം, അതിസാരം, കുടൽവ്യാധി തുടങ്ങിയവയാൽ എനിക്കു കഷ്ടപ്പെടേണ്ടിവരികയില്ലായിരുന്നു. ആത്മാവു പാപരഹിതമായിത്തീരുമ്പോൾ അതു് അധിവസിക്കുന്ന ശരീരവും ആരോഗ്യമുള്ളതാകുമെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. അതായതു്, ആത്മാവു പാപവിമുക്തിയിലേക്കു പുരോഗമിക്കുമ്പോൾ ശരീരവും സുഖക്കേടുകൾക്ക് അതീതമായ നിലപ്രാപിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു. എന്നാൽ ഇവിടെ ആരോഗ്യമുള്ള ശരീരത്തിനു ശക്തമായ ശരീരം എന്നല്ല അർത്ഥം. മെലിഞ്ഞ ഒരു ശരീരത്തിൽമാത്രമേ ശക്തമായ ഒരു ആത്മാവു കുടികൊള്ളുന്നുള്ളൂ. ആത്മാവു ശക്തിപ്രാ

27. നവജീവൻ, 25–5–'24.

പിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ ശരീരം ക്ഷയിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കും. പൂർണ്ണമായും ആരോഗ്യമുള്ള ഒരു ശരീരം വളരെ മെലിഞ്ഞതായിരിക്കാം. ശക്തമായ ഒരു ശരീരം പലപ്പോഴും രോഗബാധിതമായിരിക്കും. യാതൊരു സുഖക്കേടുമില്ലെങ്കിലും അത്തരം ഒരു ശരീരത്തെ പെട്ടെന്നു രോഗം ബാധിക്കുന്നു. പരിപൂർണ്ണമായ ആരോഗ്യമുള്ള ഒരു ശരീരം രോഗബാധയിൽനിന്നു തികച്ചും വിമുക്തമായിരിക്കും. ശുദ്ധമായ രക്തത്തിനു് അപകടകാരികളായ എല്ലാ അണുക്കളെയും നിഷ്കാസനം ചെയ്യുന്നതിനുള്ള ശക്തിയുണ്ടു്.

28

നാം ബലഹീനരാണു്; എങ്കിലും നമ്മേക്കാൾ ശാരീരികശക്തി കൂടിയ ആളുകളുള്ള ഒരു ലോകത്തോടാണു നമുക്കു പയറേറണ്ടിയിരിക്കുന്നതു്. ഇതു ചെയ്യുന്നതിനു രണ്ടു മാർഗങ്ങളുണ്ടു്. ഒന്നു് ദൈവികം, മററതു പൈശാചികം. ഗോമാംസഭക്ഷണം തുടങ്ങി ശരീരം പുഷ്ടിപ്പെടുത്തുന്നതിനുള്ള ശരിയോ തെററോ ആയ എല്ലാ മാർഗങ്ങളും സ്വീകരിക്കുന്നതാണു പൈശാചികമാർഗം.

എന്നാൽ നമ്മുടെ ശരീരത്തെ ദൈവികമാർഗത്തിൽക്കൂടി വളർത്തിയെടുക്കുന്നതിനു നമ്മുടെ പക്കലുള്ള ഒരേ ഒരു മാർഗം ബ്രഹ്മചര്യമാണു്. ആളുകൾ എന്നെ നൈഷ്ഠികബ്രഹ്മചാരിയെന്നു വിളിക്കുമ്പോൾ എനിക്കു് എന്നോടുതന്നെ അനുകമ്പ തോന്നാറുണ്ടു്. വിവാഹിതനും, കുട്ടികളുള്ളവനുമായ എന്നെപ്പോലെ ഒരാൾക്കു് ആ പേരു് എങ്ങനെ യോജിക്കും? നൈഷ്ഠികബ്രഹ്മചാരി ഞാൻ അനുഭവിച്ചതുപോലെ പനി, തലവേദന, ചുമ, അപ്പൻഡിസൈററിസ് തുടങ്ങിയവയാൽ ഒരിക്കലും കഷ്ടപ്പാടു് അനുഭവിക്കുകയില്ല. മധുരനാരങ്ങയുടെ ഒരു കുരു കുടലിൽ തങ്ങുന്നതുകൊണ്ടുപോലും അപ്പൻഡിസൈററിംഗ് വരാമെന്നു വൈദ്യന്മാർ പറയുന്നു. എന്നാൽ വൃത്തിയുള്ള അരോഗമായ ഒരു ശരീരത്തിൽ ഒരു ഓറഞ്ചുകുരുവിനു സ്ഥിരമായ ഇരിപ്പിടം കിട്ടുകയില്ല. കുടലുകൾ ബലഹീനമാകുമ്പോൾ അത്തരം ബാഹ്യപദാർത്ഥങ്ങളെ പുറത്താക്കുന്നതിനു് അവയ്ക്കു കഴിവില്ലാതായിത്തീരും. എന്റെ കുടലുകളും ബലഹീനമായിക്കാണണം; അതുകൊണ്ടാണു് എന്നിൽ അപ്പൻഡിസൈററിസ് ആരംഭിച്ചതു്.

കുട്ടികൾ എല്ലാത്തരം സാധനങ്ങളും കഴിക്കുന്നു. എല്ലാ സമയവും അമ്മയ്ക്കു് അവരെ സൂക്ഷിക്കാൻ തരപ്പെടുകയുമില്ല. എന്നാൽ അവരുടെ ദഹനേന്ദ്രിയം ഊർജസ്വലമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് അവർ വിഷമിക്കുന്നില്ല. അതുകൊണ്ടു്, ഒരു നൈഷ്ഠികബ്രഹ്മചാരിയായി ആരും എന്നെ തെററുധരിക്കരുതു്. നൈഷ്ഠിക

28 നവജീവൻ, 26–2–'25.

ബ്രഹ്മചാരിയുടെ സൃഷ്ടി കൂടുതൽ ഉറപ്പുള്ള വസ്തുകൊണ്ടാണ്. ഞാൻ ഒരു മാതൃകാബ്രഹ്മചാരിയല്ല. ആകുവാൻ ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും.

ഞാൻ വിവരിച്ച പൈശാചികമാർഗം നാം സ്വീകരിക്കയാണെങ്കിൽ, അഞ്ഞൂറു വർഷങ്ങൾക്കുശേഷംപോലും നമ്മുടെ അധഃപതനത്തെ നേരിടുന്നതിനു നമുക്കു സാധിക്കയില്ല. എന്നാൽ ദൈവികമാർഗം നാം സ്വീകരിക്കയാണെങ്കിൽ അവയെ ഇന്നുതന്നെ നമുക്ക് അഭിമുഖീകരിക്കാം. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ, ആവശ്യമായ നിലവാരത്തിലേക്കു ശരീരത്തെ വളർത്തിയെടുക്കുന്നതിനു യുഗങ്ങൾ വേണ്ടിവന്നേക്കും. അതേസമയം ഒടുവിൽ പറഞ്ഞതിനെ (ദൈവികമാർഗ്ഗം) പിന്തുടരുവാൻ വേണ്ട മനോഭാവപരിവർത്തനം ഒരു നിമിഷത്തിനകംതന്നെ ഉണ്ടായേക്കും. വളർന്നുവരുന്ന തലമുറയ്ക്കു് ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിക്കുന്നതിനു് അനുകൂലമായ അന്തരീക്ഷം മാതാപിതാക്കന്മാർ ഒരുക്കിയെടുക്കുമെങ്കിൽ ഈശ്വരാധീനംകൊണ്ടു്, ഈ രാജ്യത്തിനു ദൈവികമാർഗംതന്നെ തിരഞ്ഞെടുക്കാൻ കഴിയും.

29

വിഷയാസക്തിയില്ലായിരുന്നുവെങ്കിൽ, സുഖക്കേടുകളും ഉണ്ടാകയില്ലായിരുന്നു. ഒരു വികാരവുമില്ലാത്ത മനുഷ്യനും തീർച്ചയായും മരിക്കേണ്ടിവരും. എന്നാൽ പഴുത്ത ഒരു ഫലംപോലെ അയാൾ സാവധാനം നിലംപതിക്കുന്നു. അങ്ങനെ നിലംപതിക്കുന്നതിനു ഞാൻ പ്രതീക്ഷിക്കയും, ആഗ്രഹിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ഇപ്പോഴും ഞാൻ അത്തരത്തിലുള്ള പ്രതീക്ഷയും, ആഗ്രഹവും പുലർത്തുന്നു. പക്ഷേ, ആർക്കറിയാം? ഇപ്പോഴും എനിക്കു വികാരങ്ങളുണ്ടു്. അവ അവയുടെ ഭാഗം അഭിനയിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ഒരാൾ അവയിൽനിന്നു് പൂർണമായും സ്വതന്ത്രമാകുമ്പോൾ, അയാൾ പരിപൂർണാവസ്ഥ പ്രാപിക്കുന്നു.

30

ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ മാർഗം പ്രയാസമുള്ളതെന്നപോലെ, മാഹാത്മ്യമേറിയതുമാണ്. അതിലേക്ക് ഒരാൾ എത്രകണ്ടു കടക്കുന്നുവോ, അത്രയ്ക്കു കൂടുതലായിരിക്കും അയാൾക്കുണ്ടാകുന്ന മാഹാത്മ്യത്തിന്റെയും വിശുദ്ധിയുടെയും, ശുചിത്വത്തിന്റെയും അനുഭവം. ഈ മാർഗത്തിലൂടെ എങ്ങനെ പുരോഗമിക്കാമെന്നറിയുന്നതു് വളരെ പ്രധാനമായ ഒരു കാര്യമാണെന്നു് എനിക്കറിയാം. അതിനെക്കുറിച്ചു ധാരാളം ചിന്തിക്കുമ്പോൾ രാമനാമം (വിശ്വാസത്തോടുകൂടി ഈശ്വരനാമം തുടർച്ചയായി ഉരുവിടുന്നതു്) ആണു് ഏററവും

---

29 28–3–'27, (Bapus Letter's to Ashram Sisters, vol. 1, p. 21)
30 ഉരുളികാഞ്ചൻ ചികിത്സാലയത്തിന്റെ ചുമതല വഹിക്കുന്നവർക്കു് 1946—'47ൽ ഗാന്ധിജി എഴുതിയ എഴുത്തുകളിൽനിന്നുള്ള ഉദ്ധാരണങ്ങൾ.

വലിയ സഹായി എന്നു് ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. എന്നാൽ അതു ഹൃദയത്തിൽനിന്നു് ഉത്ഭവിക്കണം. ചുണ്ടുകൾകൊണ്ടുമാത്രം വെറുതെ ഉരുവിട്ടാൽ പോരാ. അവിരാമമായ പരസേവനം തീർച്ചയായും ഇതോടൊപ്പമുണ്ടായിരിക്കണം. ആഹാരത്തെ നമ്മുടെ ശരീരത്തിനു നൽകുന്ന അത്യാവശ്യമായ ഒരു വേതനമായി മാത്രമേ കരുതാവൂ. അതു നല്ലവണ്ണം സമീകൃതമായിരിക്കണം. രാമനാമം ഇതിനെല്ലാം പകരമായിട്ടുള്ളതല്ല. പക്ഷേ, ഇതിനെയെല്ലാം ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ഒന്നാണുതാനും. ഒരാൾ അയാളുടെതന്നെ ആത്മാവിലേക്കു പിൻവാങ്ങുന്നതിന്റെ ലക്ഷണവുമാണതു്. (ലോകകാര്യങ്ങളോടുള്ള) മമത നിലനിൽക്കുന്നിടത്തോളം ബ്രഹ്മചര്യം സാധ്യമല്ലെന്നുള്ളതു വ്യക്തമാണു്.

ബ്രഹ്മചര്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ചോദ്യങ്ങൾക്കുത്തരം നൽകുന്നതിനു് ഞാൻ തയ്യാറാണു്. എന്നാൽ നിങ്ങളുടെതന്നെ ആന്തരികവ്യക്തിത്വത്തിൽനിന്നു് ഉദയം ചെയ്യുന്നതു മാത്രമേ യാഥാർത്ഥമായിട്ടുള്ളുവെന്നും, അതിനെ മാത്രമേ പിൻതുടരാവൂ എന്നും ദയവു ചെയ്തു മനസ്സിലാക്കണം. വിനോബായുടെ ലേഖനങ്ങൾ ഉൽകൃഷ്ടങ്ങളാണു്. എന്നാൽ ബ്രഹ്മചര്യത്തിന്റെ മാഹാത്മ്യം തീർച്ചപ്പെട്ടുകഴിഞ്ഞ ഒരാൾക്കു് ഏററവും വലിയ സഹായം രാമനാമമാണു്. അതിന്റെ മാഹാത്മ്യം ഒരിക്കൽ അംഗീകരിച്ചുകഴിയുമ്പോൾ, മനസ്സിന്റെ ഒരു വിഷയമെന്ന നില അവസാനിച്ചിട്ടു്, അതു് ഹൃദയത്തെ സംബന്ധിക്കുന്ന ഒരു കാര്യമായിത്തീരുന്നു. ഞാൻ എപ്പോഴും അനുഭവിച്ചിട്ടുള്ളതുപോലെ, എന്റെ ഹൃദയം ഈശ്വരനാൽ നിയന്ത്രിതമാണു്. ഈശ്വരനെ യജമാനനായി സ്വീകരിച്ച ഒരുവനു് ഒരൊററ നിമിഷംപോലും വ്യർത്ഥമാക്കാൻ സാധ്യമല്ല ചിന്തയില്ലെങ്കിലും നിങ്ങൾ ബ്രഹ്മചര്യത്തിൽനിന്നു വ്യതിചലിക്കുന്നുവെങ്കിൽ, ആ നിമിഷത്തേക്കു് നിങ്ങൾ ജാഗ്രത ഉപേക്ഷിച്ചുവെന്നും, ആ നിമിഷം വ്യർത്ഥമായിപ്പോയെന്നും മനസ്സിലാക്കുക.

അദ്ധ്യായം അഞ്ചു്

വിശ്വാസവും പ്രാർത്ഥനയും രോഗചികിൽസയിൽ

എ. വിശ്വാസം

1

താൻ നിസ്സഹായനാണെന്ന ചിന്ത ഒരുവൻ ഉപേക്ഷിക്കണം. ഈശ്വരൻ എല്ലാവരുടെയും സഹായിയാണു്.

1. Manibehn's Notes, (1926) (Bapu's Letters to Ashram Sisters. vol. 1, p. 100)

2

ശരീരത്തെ ഒരു അമൂല്യദാനമായി ചിലപ്പോൾ പറയാറുണ്ടു്. നാം ഈശ്വരഭക്തിയുള്ളവരായിക്കഴിയുകയാണെങ്കിൽ, അതൊരു അമൂല്യസമ്പത്താണെന്നു തെളിയുകതന്നെ ചെയ്യും. എന്നാൽ പൂർണ്ണമായും ഈശ്വരഭക്തിയുള്ളവരായിരിക്കുന്നതിനു നമ്മുടെ ശരീരത്തെ നിയന്ത്രിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

3

എനിക്കു വിശ്രമം ആവശ്യമാണെന്നതിൽ ഒരു സംശയവുമില്ല. എന്നാൽ ആരതെനിക്കു നൽകും? നമുക്കു വേണ്ടതെല്ലാം നമുക്കു ലഭിക്കുന്നുണ്ടോ? ഉണ്ടെങ്കിൽ നമ്മുടെ വിശ്വാസത്തിനു പിന്നെ എവിടെയാണു് എന്തെങ്കിലും ചെയ്യാനുള്ളതു്? അദ്ദേഹത്തിന്റെ (ഈശ്വരന്റെ) നിശ്ചയപ്രകാരമല്ലാതെ ഒരു ഇലപോലും ചലിക്കുന്നില്ലെന്നു് അറിഞ്ഞാൽ മാത്രം മതി. അദ്ദേഹത്തിൽ (ഈശ്വരനിൽ) വിശ്വസിക്കയാണെങ്കിൽ അദ്ദേഹം നമ്മെ സംരക്ഷിച്ചുകൊള്ളും. ആദ്യം ധനത്തിനു നൽകാവുന്ന എല്ലാ സംരക്ഷണവും സ്വീകരിക്കുകയും, പിന്നീടു വിശ്വസിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവരെപ്പോലെയാകരുതു്. അല്പം സൂക്ഷ്മത നമുക്കുണ്ടായിരിക്കണമെന്നതു പരമാർത്ഥമാണു്. എന്നാൽ വിശ്വാസമുള്ളവർ മുൻകരുതലുകൾ എടുക്കുന്നതിനും, ഒരു സാധാരണക്കാരനു നേടുവാൻ കഴിവില്ലാത്ത പ്രതിവിധികൾ സ്വീകരിക്കുന്നതിനുംവേണ്ടി തങ്ങളുടെതന്നെ പ്രകൃതത്തിനു വിരുദ്ധമായി പ്രവർത്തിക്കയോ, തങ്ങളുടെ പാതവിട്ടുപോകയോ ചെയ്യുകയില്ല. അതുകൊണ്ടു് എത്രത്തോളം സംരക്ഷണം കുറയുന്നുവോ, അത്രത്തോളം നന്നു്. നമ്മിൽ ഏററവും എളിയവനു് ന്യായമായി നേടുവാൻ കഴിയുന്നതിൽ ഒട്ടും കൂടുതൽ നേടരുതു് എന്നതായിരിക്കട്ടെ പ്രമാണം. ഈ തോതനുസരിച്ചു നോക്കുകയാണെങ്കിൽ എനിക്കുവേണ്ടി ഞാൻ തന്നെ ചെയ്യുന്നതും മററുള്ളവർ നൽകുന്നതുമായ സംരക്ഷണം എല്ലാ അനുപാതത്തിനും അപ്പുറത്തുള്ളതും, എന്റെ ഈശ്വരവിശ്വാസനാട്യത്തിനു നിരക്കാത്തതുമാണു്. ഇതിനായി ഞാൻ ചെയ്യുന്നതെല്ലാം ആവശ്യത്തിലധികമാണെന്നു് എനിക്കു തോന്നുന്നുണ്ടെന്നു നിങ്ങൾക്കു കാണാം. അല്പകാലത്തേക്കു ഞാൻ അവഗണിക്കപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ, അതൊരു വലിയ അനുഗ്രഹമായിരിക്കുമെന്നു് എനിക്കു പലപ്പോഴും തോന്നാറുണ്ടു്.

---

2. Manibehn's Notes, (1926) (Bapus's Letters to Ashram Sisters, vol. 1, p. 100)
3. Bapu's Letters to Mira, p. 67 (24–10–'1927)

ബി. പ്രാർത്ഥന

4

ഞാൻ ഒരെളിയ പരിപൂർണതാകാംക്ഷിയാണ്. പരിപൂർണതയിലേക്കുള്ള എൻെറ മാർഗവും എനിക്കറിയാം. എന്നാൽ മാർഗ്ഗം ലക്ഷ്യത്തിലെത്തിച്ചേരുന്നില്ലെന്നും ഞാനറിയുന്നുണ്ട്. ഞാൻ പരിപൂർണനായിരുന്നെങ്കിൽ, വിചാരത്തിൽപ്പോലും എൻെറ വികാരങ്ങളുടെമേൽ ഞാൻ നിയന്ത്രണം നേടിയിരുന്നുവെങ്കിൽ, ശാരീരികമായും ഞാൻ പരിപൂർണനായിരിക്കേണ്ടതാണ്. എൻെറ ചിന്തകളുടെമേൽ നിയന്ത്രണം നേടുവാൻ മാനസികശക്തിയുടെ ഒരു വലിയ പങ്ക് ചെലവഴിക്കുന്നതിനു ദിവസവും ഞാൻ നിർബന്ധിതനാകുന്നുവെന്നു തുറന്നു സമ്മതിക്കുവാൻ എനിക്കു മടിയില്ല. ഞാൻ വിജയിക്കുമ്പോൾ, എന്നെങ്കിലും അങ്ങനെ സംഭവിക്കുന്നപക്ഷം, സേവനത്തിനായി ശക്തിയുടെ എത്ര വലിയ ഭണ്ഡാരമാണു തുറക്കപ്പെടുകയെന്നു നിങ്ങൾ ആലോചിച്ചുനോക്കണം. ചിന്തയുടേയോ, മനസ്സിൻേറയോ ബലഹീനത കാരണമാണ് അപ്പൻഡിസൈററിസ് ബാധിക്കുന്നതെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. അതുപോലെ, ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്കു ഞാൻ വിധേയനായതു മനസ്സിൻെറ മറെറാരു ബലഹീനതയാണെന്നു ഞാൻ സമ്മതിക്കുന്നു. അഹന്തയിൽനിന്നു ഞാൻ പരിപൂർണമായും സ്വതന്ത്രനായിരുന്നുവെങ്കിൽ, അനിവാര്യമായതിനു ഞാൻ കീഴ്‌വഴങ്ങിക്കൊടുക്കുമായിരുന്നു. എന്നാൽ ഇപ്പോഴുള്ള ശരീരത്തിൽ തന്നെ ജീവിക്കുന്നതിനു ഞാനാഗ്രഹിച്ചു. പൂർണമായ വൈരാഗ്യം യാന്ത്രികമായ ഒരു പ്രക്രിയയല്ല. ക്ഷമാപൂർണമായ അദ്ധ്വാനവും, പ്രാർത്ഥനയുംകൊണ്ട് ഒരുവൻ അതിലേക്കു വളരണം.

5

പ്രകൃതിയുടെ എല്ലാ നിയമങ്ങളും നാം അറിയുന്നുവെങ്കിൽ, അഥവാ, അറിഞ്ഞശേഷം, ചിന്തയിലും വാക്കിലും, പ്രവൃത്തിയിലും അവയെ അനുസരിക്കുന്നതിനുള്ള കഴിവു നേടുന്നുവെങ്കിൽ, നാം ഈശ്വരൻ തന്നെയായിത്തീരും. പിന്നെ നാം എന്തെങ്കിലും ചെയ്യേണ്ട ആവശ്യമേയില്ല. ഇന്നാണെങ്കിൽ ആ നിയമങ്ങൾ നാം അറിയുന്നില്ല. അവയെ അനുസരിക്കാനുള്ള കഴിവും നമുക്കില്ല. അതുകൊണ്ട് സുഖക്കേടുകളും, അവയുടെ എല്ലാ അനന്തരഫലങ്ങളുമുണ്ടാകുന്നു. അതിനാൽ, ഓരോ രോഗവും പ്രകൃതിയുടെ ഏതെങ്കിലും ഒരു അജ്ഞാതനിയമത്തിൻെറ ലംഘനം മാത്രമാണെന്നു മനസ്സിലാക്കിയും, പ്രകൃതിനിയമങ്ങൾ അറിയുന്നതിനു ശ്രമിക്കയും, അവയെ

4. Young India, 3-4-1934
5. 1-7-'27 (Bapus' Letters to Mira, p. 58)

അനുസരിക്കുന്നതിനുള്ള ശക്തി ലഭിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി പ്രാർത്ഥിക്കയും ചെയ്താൽ മതി. അതുകൊണ്ടു്, രോഗബാധിതനായിരിക്കുമ്പോഠം ഹൃദയംഗമമായ പ്രാർത്ഥന ജോലിയും ഔഷധവുമാണു്.

6

കർത്തവ്യനിഷ്ഠതന്നെ പ്രാർത്ഥനയാണു്. യഥാർത്ഥസേവനം ചെയ്യുന്നതിനുള്ള യോഗ്യതയാർജിക്കുന്നതിനു നാം പ്രാർത്ഥനകളിൽ പങ്കെടുക്കാറുണ്ടു്. എന്നാൽ യഥാർത്ഥകർത്തവ്യാചരണത്തിൽ വ്യാപൃതനായിരിക്കുന്നതു പ്രാർത്ഥനയ്ക്കു തുല്യമാണു്. അഗാധമായ പ്രാർത്ഥനയിൽ മുഴുകിയിരിക്കുന്ന ഒരാഠം തേഠം കടിച്ച ഒരുവൻെറ നിലവിളി കേഠംക്കയാണെങ്കിൽ, പ്രാർത്ഥനയുപേക്ഷിച്ചു് അയാളെ രക്ഷിക്കുന്നതിനു് ഓടിച്ചെല്ലേണ്ടതാണു്. പീഡിതരുടെ സേവനത്തിലാണു പ്രാർത്ഥനാപൂർത്തീകരണം.

7

നമ്മുടെ സഹജാതരുടെ സേവനത്തിനാണു നാം ജനിച്ചിരിക്കുന്നതു്. നാം തികഞ്ഞ ജാഗ്രതയോടെയിരുന്നില്ലെങ്കിൽ, അതുവേണ്ടവിധം നിർവ്വഹിക്കാൻ സാധിക്കയില്ല. അന്ധകാരത്തിൻെറയും പ്രകാശത്തിൻെറയും ശക്തികഠം തമ്മിലുള്ള ശാശ്വതസമരം, മനുഷ്യഹൃദയത്തിൽ നടന്നുകൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു. പ്രാർത്ഥനയെ തൻെറ പരമാവലംബമായി സ്വീകരിക്കാത്ത ഒരുവൻ,അധികാരത്തിൻെറ ശക്തികഠംക്കു ഇരയായിത്തീരും. പ്രാർത്ഥനാനിരതനായ ഒരുവൻ തന്നോടും ലോകത്തോടു മുഴുവൻ തന്നെയും സമാധാനചിത്തനായിരിക്കും. പ്രാർത്ഥനാപൂർണ്ണമല്ലാത്ത ഒരുഹൃദയവുമായി ലോകകാര്യങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്ന ഒരുവൻ സ്വയം ദുരിതമനുഭവിക്കയും, മററുള്ളവരെ ദുരിതത്തിലാഴ്ത്തുകയും ചെയ്യും. പ്രാർത്ഥന.മരണാനന്തരമുള്ള മനുഷ്യൻെറ അവസ്ഥയോടുബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നുവെന്നു മാത്രമല്ല,അവൻെറപ്രതിദിന പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ചിട്ടയും, സമാധാനവും,വിശ്രമവും നൽകുന്നതിനുള്ള ഒരേയൊരു മാർഗം കൂടിയാണു്. സത്യം അന്വേഷിച്ചു സത്യത്തിൽ തല്പരരായും ഇവിടെയെത്തിയ ആശ്രമവാസികളായ നാം പ്രാർത്ഥനയുടെ പ്രഭാവത്തിൽ വിശ്വസിക്കുന്നതായി അവകാശപ്പെടുന്നുവെങ്കിലും, അതിനെ ഇന്നുവരെ ഒരിക്കലും സർവപ്രധാനമായ ഒന്നായി പരിഗണിച്ചിട്ടില്ല. മററു കാര്യങ്ങളിൽ പതിപ്പിക്കുന്ന ശ്രദ്ധ ഇതിൽ നാം കാണിക്കാറില്ല. ഒരുദിവസം ഞാൻ എൻെറ അജാഗ്രതയിൽ നിന്നുണരുകയും, ഇക്കാര്യത്തിൽ ഞാൻ ശോചനീയമാംവണ്ണം കർത്തവ്യവിമുഖനായിരുന്നുവെന്നു മനസ്സിലാക്കുകയും ചെയ്തു. അയവില്ലാത്ത അച്ചടക്കനിബന്ധനകഠം ഞാൻ നിർദേശിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അതുകൊണ്ടു ലേശമെങ്കിലും ദോഷപ്പെടുന്ന

6. 23-9-1929 (Bapu's Letters to Ashram Sisters, vol 1. p.80)
7. Young India, 28-1-'30

തിനു പകരം, നാം മെച്ചപ്പെട്ടിട്ടേ ഉള്ളുവെന്നാണു ഞാൻ വിശ്വസി ക്കുന്നതു്. കാരണം, അതു് അത്ര പ്രകടമാണു്. മർമപ്രധാനമാ യതിൽ നിങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കുക, മറ്റുള്ളവ സ്വയം സുരക്ഷിതങ്ങളായി ക്കൊള്ളും. ഒരു സമചതുരത്തിലെ ഒരു കോണു നേരെയാക്കുക. അ പ്പോൾ മറ്റു കോണുകളും സ്വാഭാവികമായി നേരെയായിക്കൊള്ളും.

8

പ്രാർത്ഥന, മതത്തിൻെറ ആത്മാവും സത്തുമാണു്. അതുകൊ ണ്ടു്, പ്രാർത്ഥന മനുഷ്യജീവിതത്തിൻെറ കാതൽതന്നെ ആയിരി ക്കണം. കാരണം, മതം കൂടാതെ ഒരുവനും ജീവിക്കാൻ സാധ്യ മല്ല.

9

ഒരു അനുഭവം, എൻെറ മനസ്സിൽ വളരെ വ്യക്തമായി നിൽപു ണ്ടു്. അയിത്തോച്ചാടനത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള എൻെറ ഇരുപത്തി യൊന്നു ദിവസത്തെ ഉപവാസത്തോടു ബന്ധപ്പെട്ടതാണതു്. പി റേറന്നു കാലത്തു് ഒരു ഉപവാസം പ്രഖ്യാപിക്കേണ്ടിവരുമെന്നുള്ള ചെറുതായ ഒരു ചിന്തപോലും കൂടാതെയാണു തലേന്നു രാത്രി ഞാനു റങ്ങുവാൻ പോയതു്. രാത്രി ഏകദേശം 12 മണിക്കു പെട്ടെന്നു് എന്തോ ഒന്നു് എന്നെ ഉണർത്തുന്നു. അകത്തുനിന്നോ പുറത്തുനി ന്നോ—എനിക്കു പറയുവാൻ സാധ്യമല്ല —ഏതോ ഒരു ശബ്ദം എ ന്നോടു മന്ത്രിക്കുകയാണു്, 'നീ ഒരു ഉപവാസം അനുഷ്ഠിക്കണം,' 'എത്ര ദിവസത്തേക്കു്?' ഞാൻ ചോദിക്കുന്നു. ആ ശബ്ദം വീ ണ്ടും പറയുന്നു 'ഇരുപത്തിയൊന്നു ദിവസം.' 'എപ്പോൾ അതു തുട ങ്ങണം?' ഞാൻ ചോദിക്കുന്നു. അതു പറയുന്നു, 'നാളെ നീ തുടങ്ങ ണം.' തീരുമാനമെടുത്തിട്ടു ഞാൻ ശാന്തമായി ഉറങ്ങുവാൻ ആരം ഭിച്ചു. രാവിലെയുള്ള പ്രാർത്ഥനയ്ക്കുമുമ്പു ഞാൻ എൻെറ സ്നേഹിത രോടു് ഇതേക്കുറിച്ചു് ഒന്നും പറഞ്ഞില്ല.

എൻെറ തീരുമാനം അറിയിച്ചുകൊണ്ടും, അതു തിരിച്ചെടുക്കു വാൻ നിവൃത്തിയില്ലാത്തതിനാൽ അവർ എന്നോടു തർക്കിക്കരുതെ ന്നു് ആവശ്യപ്പെട്ടുകൊണ്ടും ഞാൻ അവരുടെ കൈയിൽ ഒരു തുണ്ടുക ടലാസ്സു കൊടുത്തു. ഡോക്ടർമാർ കരുതി, ഞാൻ ആ ഉപവാസത്തെ അതിജീവിക്കയില്ലെന്നു്. എന്നാൽ ഞാൻ അതിനെ അതിജീവി ക്കുമെന്നും, മുന്നോട്ടുതന്നെ പോകണമെന്നും എൻെറ ഉള്ളിൽനിന്നു് എന്തോ എന്നോടു പറഞ്ഞു. ആ ദിവസത്തിനു മുൻപോ, അതിനു ശേഷമോ അതുപോലൊരു അനുഭവം എൻെറ ജീവിതത്തിൽ ഒരി ക്കലുമുണ്ടായിട്ടില്ല.

8. Young India, 23-1-1930
9. Harijan, 10-12-1938

10

ഇന്നു്, എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം, 'ദൈവം കാത്തു' എന്ന വാക്യത്തിനു കുറേക്കൂടി ആഴമേറിയ അർത്ഥമുണ്ടെന്നു് എനിക്കറിയാം. എങ്കിലും ഇപ്പോഴും അതിന്റെ മുഴുവൻ അർത്ഥവും ഞാൻ ഗ്രഹിച്ചിട്ടില്ലെന്നാണു തോന്നുന്നതു്. കൂടുതൽ പൂർണമായ ഗ്രഹണത്തിനു സഹായകമാവാൻ കൂടുതൽ സമ്പന്നമായ അനുഭവത്തിനു മാത്രമേ കഴിയൂ. സ്ഥാപനങ്ങളുടെ നടത്തിപ്പിലും, രാഷ്ട്രീയകാര്യങ്ങളിലും ഒരു അഭിഭാഷകനെന്ന നിലയിൽ എനിക്കുണ്ടായിട്ടുള്ള ധാർമികമായ എല്ലാത്തരം പരീക്ഷണങ്ങളിലും ഈശ്വരൻ എന്നെ രക്ഷിച്ചിട്ടുണ്ടു് എന്നു പറയുവാൻ എനിക്കു കഴിയും. എല്ലാ പ്രതീക്ഷകളും നശിക്കുമ്പോഴും സഹായികൾ പരാജയപ്പെടുമ്പോഴും സുഖസൗകര്യങ്ങൾ ഓടി അകലുമ്പോഴും എവിടെനിന്നെന്നു് എനിക്കറിയാൻ പാടില്ല, എങ്ങനെയോ സഹായം എത്തുന്നതായി ഞാൻ കാണുന്നു. ധ്യാനം, ആരാധന, പ്രാർത്ഥന ഇവയൊന്നും അന്ധവിശ്വാസമല്ല. ഈ പ്രവൃത്തികൾ തിന്നുക, കുടിക്കുക, ഇരിക്കുക, നടക്കുക എന്നിവയേക്കാൾ കൂടുതൽ യഥാർത്ഥങ്ങളാണു്. അവ മാത്രം യഥാർത്ഥമാണു്, മറ്റുള്ളതെല്ലാം അയാഥാർത്ഥങ്ങളാണു് എന്നു പറയുന്നതും അതിശയോക്തിയല്ല.

അത്തരം ആരാധനയോ പ്രാർത്ഥനയോ ഒരു വാക്സാമർത്ഥ്യപ്രകടനമല്ല; അതു നാവുകൊണ്ടുള്ള ആദരപ്രകടനവുമല്ല. അതു ഹൃദയത്തിൽനിന്നു പുറപ്പെടുന്നു. സ്നേഹമൊഴികെ മറ്റെല്ലാം നീക്കപ്പെടുമ്പോഴുണ്ടാകുന്ന ആ ഹൃദയശുദ്ധി നാം നേടുകയും, എല്ലാ തന്ത്രികളും ശരിയായി സ്വരപ്പെടുത്തി സൂക്ഷിക്കയും ചെയ്യുമെങ്കിൽ അവ സ്പന്ദിച്ചു് അദൃശ്യതയിൽ സംഗീതമായി മാറുന്നു. പ്രാർത്ഥനയ്ക്കു് വാക്കുകളാവശ്യമില്ല. ശാരീരികമായ എന്തെങ്കിലും അദ്ധ്വാനത്തിൽനിന്നും അതു സ്വതന്ത്രമാണു്. വികാരങ്ങളിൽനിന്നും ഹൃദയത്തെ ശുദ്ധീകരിക്കുന്നതിനുള്ള ഒരിക്കലും പിഴയ്ക്കാത്ത ഒരു മാർഗമാണു് പ്രാർത്ഥനയെന്നതിൽ എനിക്കു ലേശംപോലും സംശയമില്ല. എന്നാൽ അതു് അങ്ങേയററം വിനയാന്വിതമായിരിക്കണം.

11

ഞങ്ങൾ അകപ്പെട്ട കൊടുങ്കാററു് വളരെ ഉഗ്രമായതും, നീണ്ടതുമായിരുന്നു. യാത്രക്കാർ ചകിതരായിത്തീർന്നു. അതു് ഗംഭീരമായ ഒരു രംഗമായിരുന്നു. പൊതുവായ അപകടത്തിന്റെ മുന്നിൽ എല്ലാവരും ഒന്നായിത്തീർന്നു. അവർ അവരുടെ വ്യത്യാസങ്ങൾ മറന്നു് മുസൽമാനും ഹിന്ദുവും ക്രിസ്ത്യാനിയും എല്ലാം ഒരേ ഒരു ദൈവത്തെ ധ്യാനിച്ചുതുടങ്ങി. ചിലർ പല പ്രതിജ്ഞകൾ ചെയ്തു.

---

10. An Autobiography (1927) part 1, ch. 41 (pp. 51—52)
11. An Autobiography, (1927) part 3, ch. I, p. 136

കപ്പിത്താനും യാത്രക്കാരോടൊപ്പം പ്രാർത്ഥനകളിൽ പങ്കുകൊണ്ടു. ആ കൊടുങ്കാററ് അപകടമില്ലാത്തതെങ്കിലും, അതിലും വഷളായവയെ താൻ നേരിട്ടുണ്ടെന്നു കപ്പിത്താൻ അവർക്ക് ഉറപ്പു നൽകുകയും, ബലിഷ്ഠമായി നിർമ്മിതമായ ഒരു കപ്പൽ ഒരുമാതിരി ഏതു കാലാവസ്ഥയേയും നേരിടുമെന്നു വിശദീകരിക്കയും ചെയ്തു. എന്നാൽ അവരെ ആശ്വസിപ്പിക്കുക സാധ്യമല്ലായിരുന്നു. ഓരോ നിമിഷവും വിള്ളലും ഉള്ളിലേയ്ക്കു വെള്ളക്കയററവും ഉണ്ടാകുമെന്നു സൂചിപ്പിക്കുന്ന പൊട്ടലുകളും ശബ്ദങ്ങളും ഞങ്ങൾ കേട്ടിരുന്നു. ഏതു നിമിഷവും മുങ്ങാമെന്ന തരത്തിൽ കപ്പൽ ഉലയുകയും തിരിയുകയും ചെയ്തിരുന്നു. കപ്പൽത്തട്ടിൽ കഴിച്ചുകൂട്ടുകയെന്ന പ്രശ്നമേ അസ്ഥാനത്തായിരുന്നു. 'ഈശ്വരേച്ഛ നടക്കട്ടെ,' എന്നതായിരുന്നു എല്ലാവരിൽനിന്നുമുള്ള രോദനം. ഞാൻ ഓർമ്മിക്കുന്നിടത്തോളം ഏകദേശം 24 മണിക്കൂർ ഞങ്ങൾ ഈ അപകടത്തിൽ അകപ്പെട്ടിരുന്നു. ഒടുവിൽ ആകാശം തെളിഞ്ഞു. സൂര്യൻ പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടു; കൊടുങ്കാററ് ശമിച്ചതായി കപ്പിത്താൻ അറിയിച്ചു. സന്തോഷം കൊണ്ടു യാത്രക്കാരുടെ മുഖം വികസിതമായി. അപകടം അപ്രത്യക്ഷമായതോടെ അവരുടെ വായിൽനിന്ന് ഈശ്വരനാമവും അപ്രത്യക്ഷമായി. തീററിയും കുടിയും പാട്ടും ആഹ്ലാദപ്രകടനങ്ങളും സർവസാധാരണമായി. മരണത്തിൻെറ ഭീതി അകന്നു, ഹൃദയംഗമമായ പ്രാർത്ഥനയ്ക്കനുകൂലമായിരുന്ന ക്ഷണികമായ മനോഭാവം 'മായ'യ്ക്കായി സ്ഥലമൊഴിഞ്ഞുകൊടുത്തു. തീർച്ചയായും പതിവുള്ള നമസ്കാരങ്ങളും പ്രാർത്ഥനകളും നടന്നിരുന്നു. എന്നാൽ അവയ്ക്കൊന്നും ആ ഭീകരസമയത്തെ ഗാംഭീര്യമില്ലായിരുന്നു.

സി. രാമനാമവും ശാരീരികരോഗങ്ങളും

12

പ്രകൃതിചികിത്സയെന്നാൽ മനുഷ്യനനുയോജ്യമായ ചികിത്സ എന്നാണർത്ഥം, 'മനുഷ്യൻ' എന്ന പദംകൊണ്ട്, മനുഷ്യൻ എന്ന ജന്തുവിനെ മാത്രമല്ല ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്, ശരീരത്തിനു പുറമേ മനസ്സും ആത്മാവുമുള്ള ഒരു ജീവിയെയാണ്. അത്തരം ഒരു സൃഷ്ടിക്കു രാമനാമമാണ് ഏററവും ഫലപ്രദമായ പ്രകൃതിചികിത്സ. അതു് ഒരിക്കലും പിഴയ്ക്കാത്ത പ്രതിവിധിയാണ്. രാമബാണം അഥവാ അമോഘപ്രതിവിധി എന്ന ആശയം ഇതിൽനിന്നുണ്ടായതാണ്. മനുഷ്യനു യോഗ്യമായ പ്രതിവിധി ഇതുതന്നെയാണെന്നു പ്രകൃതിയും കാണിക്കുന്നു. ഒരാൾ അനുഭവിക്കുന്ന രോഗപീഡ എന്തുതന്നെയാകട്ടെ, ഹൃദയംഗമമായ രാമനാമജപം അസന്ദിഗ്ദ്ധമായ ഒരു ചികിത്സയാണ്. ഈശ്വരനു പല പേരുകളുണ്ട്. ഓരോരുത്തനും

---

12. Harijan, 3-3-,46 (Nature Cure, p. 37)

അവനവന് ഏററവും കൂടുതൽ ഹൃദ്യമായി തോന്നുന്ന പേരു് സ്വീകരിക്കാം. ഈശ്വരൻ, അള്ളാ, ഖുദാ, ദൈവം, എല്ലാററിനും ഒന്നു തന്നെയാണു് അർത്ഥം. എന്നാൽ അതുരുവിടുന്നതു് തത്തയെപ്പോലെയായിരിക്കരുതു്. അതു വിശ്വാസത്തിൽനിന്നു് ഉണ്ടായതായിരിക്കണം. ആ വിശ്വാസത്തിനു് ഒട്ടെങ്കിലും തെളിവു് പ്രയത്നവുമായിരിക്കണം. പ്രയത്നത്തിൽ എന്താണടങ്ങിയിരിക്കേണ്ടതു്? മനുഷ്യൻ ശരീരസൃഷ്ടിയിലെ മൂലപദാർത്ഥങ്ങളായ മണ്ണു്, വെള്ളം, ആകാശം, സൂര്യൻ, വായു എന്നീ അഞ്ചു ഘടകങ്ങളെക്കുറിച്ചു് അന്വേഷണങ്ങൾ നടത്തി, അവയിലൊതുങ്ങുന്ന ചികിത്സാമാർഗങ്ങൾകൊണ്ടു തൃപ്തിപ്പെടണം. രാമനാമം ഇതോടൊപ്പം നിരന്തരം ഉണ്ടായിരിക്കണം. ഇതൊക്കെയായിട്ടും മരണം സംഭവിക്കയാണെങ്കിൽ, നാം അതു വകവയ്ക്കേണ്ടതില്ല: നേരേമറിച്ചു് അതിനെ സ്വാഗതം ചെയ്യണം.

13

പ്രസ്തുതലേഖനം വായിച്ചിട്ടു്, എല്ലാ രോഗങ്ങൾക്കുമുള്ള ഒരു ചികിത്സയെന്ന നിലയിൽ രാമനാമത്തിന്റെ ഫലദായകത്വത്തിനു് ആയുർവ്വേദത്തിലും മതിയായ തെളിവുണ്ടെന്നു് ശ്രീ ഗണേശശാസ്ത്രി ജോഷി (വൈദ്യൻ) എന്നോടു പറയുന്നു. പ്രകൃതിചികിത്സ ബഹുമാന്യമായ ഒരു സ്ഥാനമർഹിക്കുന്നു. അതിൽ ഏററവും പ്രധാനമായതു രാമനാമമാണു്. ചരകൻ, വാഗ്ഭടൻ തുടങ്ങി പുരാതനഭാരതത്തിലെ വൈദ്യശ്രേഷ്ഠന്മാർ എഴുതിയിരുന്നകാലത്തു് ഈശ്വരനെക്കുറിക്കുന്ന പ്രചാരമേറിയ നാമം രാമൻ എന്നല്ലായിരുന്നു. വിഷ്ണുവെന്നായിരുന്നു. ഞാൻതന്നെ ശൈശവംമുതൽക്കേ ഒരു തുളസീദാസഭക്തനാണു്. അതുകൊണ്ടു ഞാൻ എപ്പോഴും രാമനെ ദൈവമായി ആരാധിച്ചുവരുന്നു.

ഈശ്വരനും, ഈശ്വരന്റെ നിയമവും ഒന്നാണു്. അതുകൊണ്ടു് അദ്ദേഹത്തിന്റെ (ഈശ്വരന്റെ) നിയമം അനുസരിക്കുന്നതാണു് ഏററവും നല്ല ആരാധനക്രമം. ആ നിയമവുമായി ഒന്നുചേരുന്നവൻ ഈശ്വരനാമം വായ്കൊണ്ടു ഉരുവിടേണ്ട ആവശ്യമില്ല. മറെറാരുതരത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ ഈശ്വരധ്യാനം ശ്വാസോച്ഛ്വാസം പോലെ സ്വാഭാവികമായിത്തീർന്നിട്ടുള്ള ഒരുവനെസ്സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ആ നിയമജ്ഞാനവും അനുഷ്ഠാനവും അയാളുടെ രണ്ടാം സ്വഭാവമെന്നോണം ആയിത്തീരുന്നു. ഈശ്വരചൈതന്യം അവനിൽ അത്രമാത്രം നിറഞ്ഞിരിക്കും. അത്തരം ഒരാൾക്കു മററു യാതൊരു ചികിത്സയും ആവശ്യമില്ല.

പ്രതിവിധികളിൽ സർവപ്രധാനമായതു കരഗതമായിരുന്നിട്ടും, നാം അതിനെക്കുറിച്ചു് ഇത്ര തുച്ഛമായിമാത്രം അറിയുന്നതു്

---

13. Harijan, 24-3-'46 (Nature Cure, pp. 38—39)

എന്തുകൊണ്ടാണ്; അറിയുന്നവർപോലും ഈശ്വരനെ സ്മരിക്കാതിരിക്കുന്നതും, സ്മരിക്കയാണെങ്കിൽത്തന്നെ, ഹൃദയപൂർവമല്ലാതെ, വാക്കുകൊണ്ടു മാത്രമാകുന്നതും എന്തുകൊണ്ടാണ്? ഇതാണു ചോദ്യം. ഈശ്വരനാമം തത്തയെപ്പോലെ ഉരുവിടുന്നതു്. സർവ്വരോഗങ്ങൾക്കുമുള്ള ഔഷധമായി ഈശ്വരനെ അംഗീകരിക്കുവാനുള്ള വൈമുഖ്യമാണു കാണിക്കുന്നതു്.

അവർക്കു് അതെങ്ങനെ സാധിക്കുവാനാണ്? ഈ സർവപ്രധാനമായ പ്രതിവിധി ഡോക്ടർമാരോ, വൈദ്യന്മാരോ ഹക്കിമുകളോ, മററു് ഏതെങ്കിലും ചികിത്സകരോ, നിർദ്ദേശിക്കുന്നതല്ല, ഇക്കൂട്ടർക്കതിൽ ഒരു വിശ്വാസവുമില്ല. പരിപാവനമായ ഗംഗയുടെ ഉറവ ഓരോ ഗൃഹത്തിലും കാണാൻ കഴിയുമെന്നു് അവർ അംഗീകരിക്കുകയാണെങ്കിൽ, അവരുടെ തൊഴിൽ—ജീവിതവൃത്തിക്കുള്ള മാർഗം—തന്നെ നഷ്ടപ്പെടും. അതുകൊണ്ടു് അവരുടെ കഴിവുകളും, ഔഷധങ്ങളും തെററുപററാത്ത പ്രതിവിധികളാണെന്നു് അവർ ബലമായി വിശ്വസിക്കുന്നു. ഇവ ഡോക്ടർക്കു് ആഹാരത്തിനുള്ള വക തേടി കൊടുക്കുമെന്നു മാത്രമല്ല തൽക്കാലം രോഗിക്കും ആശ്വാസം തോന്നുന്നു. ഏതാനും ചിലരെക്കൊണ്ടു് 'ഇന്നയാൾ എനിക്കു് ഒരു പൊടി തന്നു; അതുകൊണ്ടു് എനിക്കു ഭേദമായി,' എന്നു പറയിക്കാൻ ഒരു വൈദ്യനു സാധിച്ചാൽ, അയാളുടെ തൊഴിലും ഉറച്ചുകിട്ടുന്നു.

ഡോക്ടർമാർ ഈശ്വരനാമത്തിന്റെ അത്ഭുതകരമായ ശക്തിയെക്കുറിച്ചു സ്വയം ബോധമുള്ളവരാകാതെ, രോഗികൾക്കു് അതു പ്രതിവിധിയായി നിർദ്ദേശിക്കുന്നതുകൊണ്ടു യാതൊരു പ്രയോജനവും യഥാർത്ഥത്തിൽ ഉണ്ടാവില്ല എന്നതും മനസ്സിൽ ധരിച്ചിരിക്കേണ്ടതാണ്. രാമനാമം കോപ്പിപ്പുസ്തകങ്ങളിൽ കാണുന്ന സാരവാക്യം അല്ല. അതു് അനുഭവത്തിൽക്കൂടി സാക്ഷാത്കരിക്കേണ്ട ഒന്നാണ്. വ്യക്തിപരമായ അനുഭവമുള്ള ഒരാൾക്കു മാത്രമേ അതു നിർദേശിക്കാൻ സാധിക്കൂ. മററാർക്കും സാദ്ധ്യമല്ല.

14

'എന്റെ ജീവിതകാലം മുഴുവൻ ഞാൻ ഔഷധങ്ങൾ കൊടുത്തു വരുന്നുണ്ടു്. എന്നാൽ ശാരീരികരോഗങ്ങൾക്കു രാമനാമം ഒരു പ്രതിവിധിയായി അങ്ങു നിർദേശിച്ചതിൽ പിന്നെ, നിങ്ങൾ പറയുന്നതിനു വാഗ്ഭടനും ചരകനും അംഗീകാരം നൽകുന്നുണ്ടെന്നു് എനിക്കു് ഓർമ്മവന്നു.' എന്നു പ്രസിദ്ധനായ ഒരു ആയുർവേദ വൈദ്യൻ കഴിഞ്ഞദിവസം എന്നോടു പറയുകയുണ്ടായി. ആത്മീയപീഡകൾക്കു് ഒരു ഉപശാന്തിയായി രാമനാമജപം അചലങ്ങളോളം പഴക്കമുള്ള ഒന്നാണ്. എന്നാൽ മഹത്തരമായതിൽ അല്പതരമായതും ഉൾപ്പെടുന്നു. നമ്മുടെ ശാരീരികാസുഖങ്ങൾക്കും രാമനാമജപം സർവോൽകൃഷ്ടമായ ഒരുപശാന്തിയാണെന്നാണ് എന്റെ

14. Harijan 7-4-46, (Nature Cure, p. 39)

വാദം. 'എന്നെ ക്ഷണിക്കൂ. ഞാൻ നിങ്ങളുടെ അസുഖം പരിഹരിക്കാം' എന്നിങ്ങനെ ഒരു പ്രകൃതിചികിത്സകൻ ഒരു രോഗിയോടു പറയുകയില്ല. ഒരോ ജീവിയിലും അടങ്ങിയിരിക്കുന്നതും എല്ലാം ശമിപ്പിക്കുന്നതുമായ ആ തത്വത്തെക്കുറിച്ചും, അതിനെ ഉത്തേജിപ്പിച്ച് സ്വജീവിതത്തിലെ ഒരു സജീവശക്തിയാക്കിത്തീർത്തു് സ്വന്തം വ്യാധികൾ എങ്ങനെ പരിഹരിക്കാമെന്നതിനെക്കുറിച്ചും മാത്രമേ അയാൾ ഒരാളോടു പറയുകയുള്ളൂ. ആ തത്വത്തിന്റെ പ്രഭാവം അറിയാൻ ഭാരതത്തിനു് സാധിക്കുമെങ്കിൽ, നാം സ്വതന്ത്രരാകുമെന്നു മാത്രമല്ല, ഇന്നു് പകർച്ചവ്യാധികളുടെയും അനാരോഗ്യത്തിന്റെയും നാടായ ഭാരതം, ആരോഗ്യമുള്ള വ്യക്തികളുടെ നാടായിത്തീരുകയും ചെയ്യും.

15

മാനസികവും ശാരീരികവുമായ എല്ലാ രോഗങ്ങളും പൊതുവായ ഒരു കാരണംമൂലമാണെന്ന അഭിപ്രായം ശരിയാണു്. അതുകൊണ്ടു് അവയ്ക്കു് പൊതുവായ ഒരു പ്രതിവിധിയുണ്ടായിരിക്കുമെന്നുള്ളതും സ്വാഭാവികമാണു്. സുഖക്കേടിന്റെ കാര്യത്തിലെന്നപോലെ, ചികിത്സയുടെ കാര്യത്തിലും ഒരു ഏകതാനതയുണ്ടു്. ശാസ്ത്രങ്ങൾ അങ്ങനെ പറയുന്നു. അതുകൊണ്ടു ഞാൻ രാമനാമവും, ഏകദേശം ഒരേതരത്തിലുള്ള ചികിത്സാവിധിയുമാണു് ഇന്നുകാലത്തു് എന്റെയടുത്തുവന്ന രോഗികൾക്കെല്ലാം നിർദേശിച്ചതു്. എന്നാൽ, ശാസ്ത്രങ്ങൾ നമ്മുടെ സൗകര്യത്തിനനുയോജ്യമല്ലാതെ വരുമ്പോൾ,അവയെ വ്യാഖ്യാനംകൊണ്ടു് ജീവിതത്തിൽനിന്നും അകററുന്നതിനു് നമുക്കൊരു മിടുക്കുണ്ടു്. വരാനിരിക്കുന്ന ജീവിതത്തിൽ ആത്മാവിനു് ഗുണമുണ്ടാക്കുക മാത്രമാണു് ശാസ്ത്രങ്ങളുടെ ഉദ്ദേശ്യമെന്നും, ധർമ്മത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം മരണശേഷം ഉൽക്കർഷം ആർജ്ജിക്കുക മാത്രമാണെന്നുമുള്ള ധാരണയിലൂടെ നാം സ്വയം വഞ്ചിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണു്. ആ വീക്ഷണത്തിൽ എനിക്കു പങ്കില്ല. ഈ ജീവിതത്തിൽ ധർമത്തിനു് പ്രായോഗികമായ ഉപയോഗമില്ലെങ്കിൽ, അടുത്തതിലും എനിക്കതുകൊണ്ടു് ഉപയോഗമില്ല.

ശാരീരികമോ, മാനസികമോ ആയ സുഖക്കേടുകളിൽനിന്നു പൂർണമായി സ്വതന്ത്രനായ ഒരാൾപോലും ഈ ലോകത്തിലില്ല. ഇവയിൽ ചിലതിനു ഭൗമികമായ യാതൊരു പ്രതിവിധിയുമില്ല. ഉദാഹരണമായി നഷ്ടപ്പെട്ട ഒരു അവയവം നിങ്ങൾക്കു വീണ്ടെടുത്തു തരുകയെന്ന അത്ഭുതം പ്രവർത്തിക്കാൻ രാമനാമത്തിനു സാധ്യമല്ല. എന്നാൽ, ആ നഷ്ടമുണ്ടായിട്ടും ജീവിതകാലത്തു് അനശ്വരമായ സമാധാനം അനുഭവിക്കുന്നതിനും, ജീവിതയാത്രയുടെ അന്ത്യത്തിൽ

---

15. Harijan, 7-4-'46 (Nature Cure, pp.42—43)

മരണം നിങ്ങൾക്കൊരു വേദനയാവാതിരിക്കുന്നതിനും, ശവക്കുഴിക്കു വിജയം അവകാശപ്പെടാൻ സാധിക്കാതിരിക്കുന്നതിനും നിങ്ങളെ സഹായിക്കുക എന്ന അതിശ്രേഷ്ഠമായ അത്ഭുതം അതിനു പ്രവർത്തിക്കാൻ സാധിക്കും. ഇന്നല്ലെങ്കിൽ നാളെ മരണം എല്ലാവർക്കും സംഭവിക്കും. ആ നിലയ്ക്കു് അതിൻെറ സമയത്തെക്കുറിച്ചു നാം എന്തിനു ചിന്താവിവശരാകണം?

16

ആത്മീയശക്തി, മറേറതൊരു ശക്തിയേയുംപോലെത്തന്നെ മനുഷ്യനു സഹായകമാണു്. യുഗങ്ങളായി അതിനെ ശാരീരികാസുഖങ്ങളുടെ ശമനത്തിനു് ഏറെക്കുറെ വിജയകരമായിത്തന്നെ ഉപയോഗിച്ചിരുന്നുവെന്നതു് ഒരു വസ്തുതയാണു്. മാത്രമല്ല ശാരീരികസുഖങ്ങളുടെ ഉപശാന്തിക്കായി അതു വിജയകരമായി ഉപയോഗിക്കാമെങ്കിൽ, അങ്ങനെ ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുന്നതു സ്വാഭാവികമായും തെററായിരിക്കും. കാരണം മനുഷ്യൻ പരസ്പര വ്യവസ്ഥാപകവും പരസ്പരസാധകവുമായ ജഡവസ്തുവും ആത്മാവും ചേർന്നുണ്ടായവനാണു്. കൊയിനാ ലഭിക്കാൻ നിവൃത്തിയില്ലാത്ത കോടിക്കണക്കിനാളുകളെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കാതെ അതുപയോഗിച്ചു നിങ്ങൾ മലേറിയ അകററുന്നുവെങ്കിൽ, ദശലക്ഷക്കണക്കിനാളുകൾ അജ്ഞതകൊണ്ടു് തങ്ങളുടെ ഉള്ളിൽത്തന്നെയുള്ള പ്രതിവിധി ഉപയോഗിക്കില്ലെന്നതുകാരണം, നിങ്ങളും അതുപയോഗിക്കാൻ വിസമ്മതിക്കുന്നതു് എന്തിനാണു്? അജ്ഞതകൊണ്ടോ ചിലപ്പോൾ അലസതകൊണ്ടോ ദശലക്ഷക്കണക്കിനു മനുഷ്യർ വൃത്തിഹീനരായിരിക്കുമെന്നതുകൊണ്ടു്, നിങ്ങൾ വെടിപ്പും വൃത്തിയുമുള്ളവരായിരുന്നുകൂടെ? മനുഷ്യസ്നേഹത്തെക്കുറിച്ചുള്ള തെററായ ധാരണമൂലം നിങ്ങൾ വൃത്തിയില്ലാതിരിക്കയാണെങ്കിൽ, വൃത്തിഹീനനും രോഗിയുമായിരിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് ജനലക്ഷങ്ങളെ സേവിക്കുകയെന്ന കർത്തവ്യം നിങ്ങൾ സ്വയം ഉപേക്ഷിക്കയായിരിക്കും ചെയ്യുന്നതു്. ആദ്ധ്യാത്മികമായി ശുദ്ധിയും ക്ഷേമവും ഉള്ളവരായിരിക്കാൻ ഉപേക്ഷ കാണിക്കുന്നതു് നിശ്ചയമായും ശാരീരികമായി ശുദ്ധിയും ക്ഷേമവും ഉള്ളവരായിരിക്കാൻ ഉപേക്ഷ കാണിക്കുന്നതിലുമധികം വഷളാണു്.

മുക്തിയെന്നതു് എല്ലാ പ്രകാരേണയും ക്ഷേമത്തോടെയിരിക്കുന്നതിനെക്കാൾ ഏററക്കുറച്ചിലുള്ള ഒന്നുമല്ല. അതുമുഖേന മററുള്ളവർക്കു മാർഗദർശനം നല്കുന്നതിനും, അതിലുമുപരിയായി നിങ്ങളുടെ യോഗ്യതകൊണ്ടു് മററുള്ളവരെ യഥാർത്ഥമായി സേവിക്കുന്നതിനും സാധിക്കുമെങ്കിൽ നിങ്ങൾ എന്തുകൊണ്ടു് ആ ക്ഷേമം സ്വയം നിരാകരിക്കണം? എന്നാൽ മററുള്ളവർക്കു പെനിസിലിൻ ല

16. Harijan, 1–9–'46 (Nature Cure, pp. 48—49)

ഭിക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ലെന്ന ദൃഢമായ അറിവുണ്ടായിട്ടും നിങ്ങൾ രോഗവിമുക്തിക്കായി പെനിസിലിൻ ഉപയോഗിക്കയാണെങ്കിൽ, നിങ്ങൾ തികച്ചും സ്വാർത്ഥിയാണ്.

എന്റെ ലേഖകന്റെ വാദത്തിന്റെ പിൻപിലുള്ള ചിന്താക്കുഴപ്പം വ്യക്തമാണ്.

ഒരു കൊയിനാഗുളികയോ, ഗുളികകളോ കഴിക്കുന്നതു രാമനാമം ഉപയോഗിക്കുന്നതിനെ സംബന്ധിച്ച അറിവു നേടുന്നതിനെക്കാൾ വളരെ എളുപ്പമുള്ളതാണെന്നുള്ളതാണ് എന്തായാലും യാഥാർത്ഥ്യം. കൊയിനാഗുളികകൾ വാങ്ങിക്കുന്നതിനു പണച്ചെലവേ ഉള്ളു. എന്നാൽ മറേറതിനു വളരെ പ്രയത്നം ആവശ്യമാണ്. ആ പ്രയത്നം ചെയ്യേണ്ടതാണ്, ജനലക്ഷങ്ങളുടെ രക്ഷയ്ക്കുവേണ്ടി.

17

രാമനാമത്തിന്റെ അന്തശ്ശക്തി എനിക്കു വ്യക്തമായി ബോധ്യപ്പെട്ടതു് ഉരുളികാഞ്ചനിൽ വച്ചായിരുന്നുവെന്നു പറയുന്നതു് ഒരു പക്ഷേ ശരിയായിരിക്കും. നമ്മുടെ എല്ലാ രോഗങ്ങൾക്കും സുനിശ്ചിതമായ പ്രതിവിധി രാമനാമമാണെന്നു ഞാൻ ഊന്നിപ്പറഞ്ഞതു് അവിടെവച്ചാണ്. അതിനെ പൂർണമായി ഉപയോഗിക്കാൻ കഴിവുള്ളവനു് ബാഹ്യമായ യത്നം അധികമൊന്നും കൂടാതെതന്നെ, പ്രഭാവമേറിയ ഫലങ്ങൾ പ്രദർശിപ്പിക്കാൻ സാധിക്കും.

18

ശാരീരികമായ രോഗങ്ങൾ ഭേദമാക്കുന്നതിനു് ആത്മീയസിദ്ധികൾ ഉപയോഗിച്ചുകൂടെന്നു് കുട്ടിക്കാലത്തുതന്നെ ഞാൻ പഠിച്ചിട്ടുണ്ടു്. ആ പാഠത്തിന്റെ ഭദ്രത അനുഭവം സ്ഥിരീകരിച്ചിട്ടുമുണ്ടു്. എന്നിരുന്നാലും ഔഷധങ്ങളുടെയും മററും ഉപയോഗത്തിൽനിന്നു് ഒഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നതിൽ ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. എന്നാൽ അതു പൂർണമായും ശാരീരികവും, ആരോഗ്യപരവുമായ അടിസ്ഥാനത്തിൽ മാത്രമാണ്. ഈശ്വരനെ പരമാവധി ആശ്രയിക്കുന്നതിലും എനിക്കു വിശ്വാസമുണ്ടു്—എന്നാൽ അതു് അദ്ദേഹം എന്നെ സുഖപ്പെടുത്തുമെന്ന പ്രതീക്ഷയിലല്ല. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഹിതത്തിനു പരിപൂർണമായും കീഴടങ്ങുകയും ശാസ്ത്രീയമായ വൈദ്യസഹായം ലഭിക്കണമെന്നു് ആഗ്രഹമുണ്ടെങ്കിലും അതു ലഭിക്കാൻ നിവൃത്തിയില്ലാത്ത ജനലക്ഷങ്ങളുടെ വിധിയിൽ പങ്കുകൊള്ളുകയും ചെയ്യുന്നതിനാണ്. എങ്കിലും എന്റെ വിശ്വാസം പ്രയോഗത്തിൽകൊണ്ടുവരുന്നതിനു് എല്ലായ്പോഴും എനിക്കു സാധ്യമായിട്ടില്ലെന്നു പറ

17. Harijan, 22-6-'47. (Nature Cure, p. 36)
18. Selected Letters, p 45

യുവാൻ എനിക്കു ഖേദമുണ്ട്. അങ്ങനെ ചെയ്യുന്നതിനു ഞാൻ ഇട തടവില്ലാതെ യത്നിക്കുന്നുണ്ട്. എന്നാൽ പ്രലോഭനങ്ങളുടെ ഇട യ്ക്കു ജീവിക്കുന്നതുകൊണ്ട് എന്റെ വിശ്വാസം പൂർണ്ണമായി പ്രാ യോഗികമാക്കുന്നതിനു പ്രയാസമുള്ളതായി ഞാൻ കാണുന്നു.

ഡി. രാമനാമം ഫലപ്രദമാകുന്നതിന്

19

രാമനാമത്തിന്റെ ശക്തി ഏതായാലും ചില വ്യവസ്ഥകൾ ക്കും പരിമിതികൾക്കും വിധേയമാണ്. രാമനാമം മന്ത്രവാദംപോ ലെയല്ല. അമിതഭക്ഷണംമൂലം ഒരാൾക്ക് അസുഖമുണ്ടാകയും അതി ന്റെ അനന്തരഫലങ്ങളിൽനിന്നു രക്ഷപ്പെടുന്നതിനും അങ്ങനെ വീ ണ്ടും തീററ ആരംഭിക്കുന്നതിനും അയാൾ ആഗ്രഹിക്കയും ചെയ്യുന്നു വെന്നു വയ്ക്കുക—അയാൾക്കുള്ളതല്ല രാമനാമം. നല്ലൊരു ലക്ഷ്യ ത്തിനുവേണ്ടി മാത്രമേ രാമനാമം ഉപയോഗിക്കുവാൻ സാധിക്കു; ഒരിക്കലും തിന്മയ്ക്കുവേണ്ടി സാധ്യമല്ല. അല്ലെങ്കിൽ മോഷ്ടാക്കളും പിടിച്ചുപറിക്കാരുമായിരുന്നേനേ ഏററവും വലിയ ഭക്തർ. ഹൃദ യശുദ്ധിയുള്ളവർക്കും പരിശുദ്ധി ആർജിക്കണമെന്നും, പരിശുദ്ധരാ യിത്തന്നെയിരിക്കണമെന്നും ആഗ്രഹിക്കുന്നവർക്കുംവേണ്ടിയുള്ളതാ ണു രാമനാമം. അതു് ഒരിക്കലും സുഖാസ്വാദനത്തിനുള്ള ഒരു മാർ ഗമായിത്തീരുക സാധ്യമല്ല. അമിതഭക്ഷണത്തിനു പ്രാർത്ഥനയല്ല, ഉപവാസമാണു പ്രതിവിധി. ഉപവാസം അതിന്റെ പ്രവൃത്തി ന ടത്തിയതിനു ശേഷമേ പ്രാർത്ഥനയ്ക്കു സ്ഥാനമുള്ളൂ. പ്രാർത്ഥന ഉപ വാസത്തെ സുഗമവും സഹ്യവുമാക്കിത്തീർക്കും. അതുപോലെ രാമ നാമം ജപിക്കുമ്പോൾത്തന്നെ ഔഷധങ്ങൾകൊണ്ടും നിങ്ങൾ സ്വ ന്തം ശരീരത്തെ ചികിത്സിക്കുന്നുവെങ്കിൽ ആ രാമനാമജപം അർത്ഥ ശൂന്യമായ ഒരു പ്രകടനമായിത്തീരും. ഒരു രോഗിയുടെ ദുർവൃത്തി യെ സഹായിക്കുന്നതിനു തന്റെ കഴിവുകളുപയോഗിക്കുന്ന ഒരു ഡോക്ടർതന്നെത്തന്നെയും രോഗിയെയും അപമാനിക്കുകയാണു ചെ യ്യുന്നതു്. തന്റെ ശരീരത്തെ സ്രഷ്ടികർത്താവിനെ ആരാധിക്കുന്ന തിനുള്ള ഒരു ഉപകരണമായി കാണുന്നതിനു പകരം അതിനെ ആ ഡംബരത്തിനുള്ള ഒരു വസ്തുവായി കാണുകയും അതിനെ എങ്ങനെ യെങ്കിലും നിലനിർത്തുന്നതിനു വെള്ളംപോലെ പണം ധൂർത്തടിക്കു കയും ചെയ്യുന്നതിനപ്പുറം എന്തു് അധഃപതനം മനുഷ്യനുണ്ടാകാനാ ണു"? രാമനാമം നേരേമറിച്ച് ചികിത്സിക്കുന്നതോടൊപ്പം ശുദ്ധീ കരിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ആകയാൽ അതു് ഉദ്ധരിക്കുന്ന ഒന്നാണ് അതിലാണ് അതിന്റെ ഉപയോഗവും പരിമിതികളും.

---

19. Harijan, 7–4–'46(Nature Cure, p. 40)

20

നിങ്ങൾ കോപത്തിന്ന വിധേയനായിരിക്കുന്നുവെങ്കിൽ ജീവിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി മാത്രമല്ലാതെ ആസ്വാദനത്തിനുവേണ്ടി കഴിക്കയും ഉറങ്ങുകയും ചെയ്യുന്നുവെങ്കിൽ രാമനാമത്തിന്റെ അർത്ഥം നിങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നില്ല. നിങ്ങൾ അതു് ഉരുവിടുന്നതു വെറും വായ്കൊണ്ടുള്ള ഭജനയാണു്. രാമനാമം ഫലപ്രദമാകേണ്ടതിനു് അതുരുവിടുമ്പോൾ നിങ്ങൾ പൂർണമായി അതിൽ ലയിച്ചിരിക്കണം. അതു നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ മുഴുവൻ പ്രകാശിതമായിരിക്കണം.

21

സത്യം, പാരമാർത്ഥികത, ശുദ്ധി എന്നീ ഗുണങ്ങൾ അകത്തും പുറത്തും വളർത്തിയെടുക്കാത്ത ഒരുവനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം രാമനാമം ഹൃദയത്തിൽനിന്നു പുറപ്പെടുകയില്ല. ദിവസസന്ധ്യാപ്രാർത്ഥനയിൽ സ്ഥിതപ്രജ്ഞനായ മനുഷ്യനെ വർണിക്കുന്ന ശ്ലോകങ്ങൾ ഉരുവിടാറുണ്ടു്. തന്റെ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ അച്ചടക്കത്തിനു വിധേയമാക്കുകയും സേവനമനുഷ്ഠിക്കുന്നതിനായി ജീവിതം തുടർന്നുകൊണ്ടുപോകുവാൻ വേണ്ടി മാത്രം ഭക്ഷിക്കുകയും കുടിക്കയും സന്തോഷങ്ങളും വിശ്രമവും അനുഭവിക്കുകയും ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ ഓരോ ആൾക്കും സ്ഥിതപ്രജ്ഞനായിത്തീരാൻ സാധിക്കും. ഒരുവനു തന്റെ ചിന്തയുടെമേൽ നിയന്ത്രണമില്ലെങ്കിൽ ഇരുട്ടറപോലുള്ള ഒരു മുറിക്കകത്തു് എല്ലാ കതകുകളും ജനലുകളും അടച്ചു് ഉറങ്ങുന്നതിനും ദുഷിച്ച വായു ശ്വസിക്കുന്നതിനും മലിനജലം കുടിക്കുന്നതിനും മടിയില്ലെങ്കിൽ അവൻ രാമനാമം ഉരുവിടുന്നതു വ്യർത്ഥമാണു്.

വേണ്ടത്ര വിശുദ്ധിയില്ലെന്നു കരുതി രാമനാമം ഉരുവിടുന്നതു് ഉപേക്ഷിക്കണമെന്നല്ല, ഏതായാലും ഇതിന്നർത്ഥം. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ വിശുദ്ധി ആർജിക്കുന്നതിനുള്ള ഒരു മാർഗവും കൂടിയാണു് രാമനാമജപം. രാമനാമജപം ഹൃദയപൂർവം ഉരുവിടുന്ന ഒരുവനു് അച്ചടക്കവും സ്വയം നിയന്ത്രണവും എളുപ്പത്തിൽ സാധ്യമാണു്. ആരോഗ്യത്തിന്റേയും ശുചിത്വത്തിന്റെയും നിയമങ്ങളുടെ അനുഷ്ഠാനം അവന്റെ രണ്ടാം പ്രകൃതിയായിത്തീരുന്നു. അവന്റെ ജീവിതം സുഗമമായി തുടർന്നുപോകും. ഒരിക്കലും മറ്റൊരുവനെ ദ്രോഹിപ്പിക്കേണ്ട ആവശ്യം അവനുണ്ടാകയില്ല. മറ്റുള്ളവരുടെ കഷ്ടപ്പാടു നീക്കുന്നതിനായി സ്വയം കഷ്ടമനുഭവിക്കുന്നതു് അവന്റെ ജീവിതത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗമായിത്തീരുകയും അനിർവചനീയവും അക്ഷയവുമായ സന്തോഷംകൊണ്ടു് അവനെ നിറയ്ക്കുകയും ചെയ്യും. അതു

20. Harijan, 7-4-1946 (Nature Cure p. 42)
21. New Delhi, 25-5-'46 (Nature Cure, pp. 53—54)

കൊണ്ടു് ഉണർന്നിരിക്കുമ്പോഴെല്ലാം നാം സ്ഥിരോത്സാഹത്തോടെ രാമനാമം നിരന്തരമായി ഉരുവിടുക. അവസാനം അതു നാം ഉറങ്ങിക്കിടക്കുമ്പോഴും നമ്മോടൊപ്പമുണ്ടായിരിക്കയും ഈശ്വരാനുഗ്രഹത്താൽ ശാരീരികവും മാനസികവും ആദ്ധ്യാത്മികവുമായ പരിപൂർണ്ണ ആരോഗ്യം കൊണ്ടു പൂരിതരാകയും ചെയ്യും.

22

രാമനെ തന്റെ ഹൃദയസിംഹാസനത്തിൽ വാഴിച്ചിരിക്കുന്ന ഒരുവന്റെ ലക്ഷണമെന്താണു്? നാം ഇതറിയുന്നില്ലെങ്കിൽ രാമനാമം വളരെയേറെ തെററായി വ്യാഖ്യാനിക്കപ്പെടാനിടയുണ്ടു്. തെററായ ചില വ്യാഖ്യാനങ്ങൾ ഇപ്പോൾതന്നെ നിലവിലുണ്ടു്. പലരും ജപമാല ഒരു കളിസാധനമാക്കയും പ്രസാദം നെററിയിൽ ചാർത്തുകയും അദ്ദേഹത്തിന്റെ നാമം വൃഥാ ഉരുവിടുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ടു്; രാമനാമത്തിൽ നിഷ്കർഷ വേണമെന്നു തുടർച്ചയായി ആവശ്യപ്പെടുന്നതുകൊണ്ടു് ഇപ്പോൾതന്നെ നിലവിലുള്ള കപടഭക്തിയോടു ഞാൻ കുറച്ചുകൂടി കൂട്ടുകയല്ലേയെന്നു വാസ്തവത്തിൽ ചോദിച്ചേക്കാം. അത്തരം ദുഃസൂചനകൾകൊണ്ടു ഞാൻ ഭയപ്പെടേണ്ടതില്ല. അങ്ങനെയുണ്ടാകുന്ന നിശ്ശബ്ദത അപകടകരമാണു്. നിശ്ശബ്ദതയുടെ സജീവമായ ശബ്ദത്തിനു ദീർഘകാലത്തെ ഹൃദയപൂർവമായ അനുഭവത്തിന്റെ പിൻബലമുണ്ടായിരിക്കണം. അത്തരം സ്വാഭാവികമായ നിശ്ശബ്ദതയുടെ അഭാവത്തിൽ രാമനെ തന്റെ ഹൃദയത്തിൽ ഉൾക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരുവന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ അറിയുന്നതിനു നാം ശ്രമിക്കണം.

ഒരു രാമഭക്തൻ, ഗീതയിലെ സ്ഥിതപ്രജ്ഞനെപ്പോലെതന്നെ ആയിരിക്കുമെന്നു പറയാം. കുറെക്കൂടി ഗാഢമായി ചിന്തിക്കുകയാണെങ്കിൽ ഒരു യഥാർത്ഥ ഈശ്വരഭക്തൻ പ്രകൃതിയുടെ അഞ്ചു് അടിസ്ഥാനശക്തികളെ വിശ്വാസപൂർവം അനുസരിക്കുന്നവനാണെന്നു കാണാം. അപ്രകാരം അനുസരിക്കുന്നുവെങ്കിൽ, അവൻ രോഗബാധിതനായിത്തീരുകയില്ല; കാരണവശാൽ രോഗിയായിത്തീരുകയാണെങ്കിൽത്തന്നെയും ആ മൗലികപദാർത്ഥങ്ങളുടെ സഹായത്താൽ അവൻ സ്വയം രോഗവിമുക്തനാകും. വല്ലവിധവും ശരീരത്തെ രോഗവിമുക്തമാക്കുകയെന്നതു ദേഹിക്കു് ആവശ്യമുള്ള കാര്യമല്ല. താൻ ശരീരമല്ലാതെ മറെറാന്നുമല്ല എന്നു വിശ്വസിക്കുന്ന ഒരുവൻ, തന്റെ ശരീരത്തെ രോഗവിമുക്തമാക്കുന്നതിനു സ്വാഭാവികമായും ഭൂമിയുടെ അതിരുകളോളം അലഞ്ഞുതിരിയും. എന്നാൽ ആത്മാവു്, ശരീരത്തിനുള്ളിൽ വസിക്കുന്നുവെങ്കിലും അതിൽനിന്നു വ്യതിരിക്തമായ ഒന്നാണെന്നും നശ്വരമായ ശരീരത്തിൽനിന്നു

22. Harijan, 29-6-'47 (Nature Cure, pp. 49—50)

വ്യത്യസ്തമായി അതു് അനശ്വരമാണെന്നും ഗ്രഹിക്കുന്നവർ പഞ്ചഭൂതങ്ങൾ പരാജയപ്പെട്ടാലും അന്ധാളിച്ചുപോകയില്ല. വിലപിക്കയുമില്ല. നേരെ മറിച്ചു് അവൻ മരണത്തെ ഒരു സുഹൃത്തെന്ന നിലയിൽ സ്വാഗതം ചെയ്യും. വൈദ്യന്മാരെ അന്വേഷിക്കുന്നതിനു പകരം അവൻതന്നെ തന്റെ ചികിത്സകനായി മാറും. തന്റെ ഉള്ളിലെ ആത്മാവിനെക്കുറിച്ചുള്ള ബോധത്തിൽ അവൻ ജീവിക്കയും ആദ്യമായും അവസാനമായും ആ അന്തഃസ്ഥിതന്റെ സംരക്ഷണത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കയും ചെയ്യും.

അത്തരം ഒരു മനുഷ്യൻ തന്റെ ഓരോ ശ്വാസത്തോടുകൂടെയും ഈശ്വരനാമം ഉൾക്കൊള്ളും. ശരീരം ഉറങ്ങുമ്പോഴും അവന്റെ രാമൻ ഉണർന്നിരിക്കും. അവൻ ചെയ്യുന്ന എന്തിലും രാമൻ അവന്റെ കൂടെ ഉണ്ടായിരിക്കും. അത്തരം ഒരു ഭക്തന്റെ യഥാർത്ഥമരണം ആ വിശുദ്ധ സഖിത്വത്തിന്റെ നഷ്ടമായിരിക്കും.

തന്റെ രാമനെ തന്നോടൊപ്പം സൂക്ഷിക്കുന്നതിനു് ഒരു സഹായമെന്ന നിലയിൽ പഞ്ചഭൂതങ്ങൾക്കു് എന്താണോ നൽകാൻ കഴിയുന്നതു് അതവൻ സ്വീകരിക്കും. അതായതു് മണ്ണു്,വായു,വെള്ളം, സൂര്യപ്രകാശം, ആകാശം എന്നിവയിൽനിന്നു ലഭിക്കാവുന്നിടത്തോളം പ്രയോജനം നേടുകയെന്ന ഏററവും ലളിതവും സുഗമവുമായ മാർഗം അവൻ ഉപയോഗിക്കും. ഈ സഹായം രാമനാമത്തിനു പൂരകമല്ല. പ്രത്യുത അതു രാമനാമത്തെ സാക്ഷാൽക്കരിക്കുന്നതിനുള്ള ഒരു മാർഗമാണു്. വാസ്തവത്തിൽ രാമനാമത്തിനു യാതൊരു സഹായവും ആവശ്യമില്ല. എന്നാൽ രാമനാമത്തിൽ വിശ്വസിക്കുന്നുവെന്നു് അവകാശപ്പെടുക, അതേ സമയം വൈദ്യന്മാരുടെ അടുത്തേക്കു് ഓടുകയും ചെയ്യുക—ഇവ രണ്ടും തമ്മിൽ പൊരുത്തപ്പെടുകയില്ല.

രാമനാമത്തെക്കുറിച്ചുള്ള എന്റെ അഭിപ്രായങ്ങൾ വായിച്ചശേഷം, മതവിജ്ഞാനീയത്തിൽ വിദഗ്ധനായ ഒരു സ്നേഹിതൻ കുറെക്കാലത്തിനുമുമ്പു് എനിക്കെഴുതുകയുണ്ടായി, ശരീരത്തെ രൂപാന്തരപ്പെടുത്തുന്നതിനുപോലും കഴിവുള്ള ഒരു സിദ്ധൗഷധമാണു് രാമനാമം എന്നു്. സംഭൃതമായ ജീവോർജം, കൂട്ടിവച്ച സമ്പത്തിനോടു് ഉപമിക്കപ്പെടുകയുണ്ടായി. എന്നാൽ, അതിനെ അവസാനം ഒരു പതനം അസാദ്ധ്യമായിത്തീരുമാറു്, സദാ അഭിവൃദ്ധി പ്രാപിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ആദ്ധ്യാത്മികശക്തിയുടെ ഒരനസ്യൂതപ്രവാഹമാക്കിത്തീർക്കുന്നതിനുള്ള കഴിവു് രാമനാമത്തിനു മാത്രമുള്ളതാണു്.

രക്തത്തിന്റെ അഭാവത്തിൽ ശരീരത്തിനു നിലനില്ക്കാൻ കഴിവില്ല; അതുപോലെത്തന്നെ ആത്മാവിനു വിശ്വാസത്തിന്റെ അതുല്യവും വിശുദ്ധവുമായ ശക്തി ആവശ്യമാണു്. ഈ ശക്തിക്കു മനുഷ്യന്റെ എല്ലാ ശാരീരികാവയവങ്ങളുടേയും ക്ഷീണം തീർത്തു്, നവോന്മേഷം ഉളവാക്കുവാൻ കഴിയും. അതുകൊണ്ടാണു്, ഹൃദയ

ത്തിൽ രാമനാമം പ്രതിഷ്ഠിക്കപ്പെടുമ്പോഠം, അതു മനുഷ്യൻെറ പുന ജ്ജന്മമാണെന്നു പറയുന്നതു്. ഈ നിയമം യുവാക്കഠംക്കം വൃദ്ധക്കം പുരുഷനും സ്ത്രീയ്ക്കും ബാധകമാണു്.

ഈ വിശ്വാസം പാശ്ചാത്യദേശത്തും കാണുന്നുണ്ടു്. ക്രിസ്തീയ ശാസ്ത്രം ഇതിൻെറ ഒരു സൂചന നൽകുന്നുണ്ടു്. എന്നാൽ, സ്മരണാതീതകാലം മുതൽക്കേ പരമ്പരാഗതമായി ഭാരതത്തിലെ ജനങ്ങഠംക്ക കൈവന്നിട്ടുള്ള ഒരു വിശ്വാസത്തിനു പുറത്തുനിന്നുള്ള പിന്തുണ ആവശ്യമില്ല.

23

പ്രകൃതിചികിത്സ ശരീരത്തെ മാത്രം സംബന്ധിക്കുന്നതല്ല. അതു മനസ്സിനെയും സംബന്ധിക്കുന്നതാണു്. മാനസികാരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുന്നതിനുള്ള ഒരേ ഒരു സഹായം രാമനാമമാണു്. അതു പ്രയോജനപ്പെടുത്തണമെന്നു് ആഗ്രഹിക്കുന്ന ഒരുവൻ ശുദ്ധിയുള്ളവനും വിശ്വാസം നിറഞ്ഞവനും ഭക്തനുമായിരിക്കണം. ഇതു കൂടാതെയുള്ള പ്രകൃതിചികിത്സയ്ക്കു് എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം യാതൊരു വിലയുമില്ല.

ഇ. രാമനാമവും അന്ധവിശ്വാസവും

24

രാമനാമത്തിൻെറ പ്രചരണവും, ശുദ്ധമായ ജീവിതവുമാണു് സുഖക്കേടുകഠംക്കുള്ള ഏററവും ഫലപ്രദവും, വില കുറഞ്ഞതുമായ പ്രതിവിധിയെന്നതിൽ എനിക്കു യാതൊരു സംശയവുമില്ല. ഡോക്ടർമാരും, ഹക്കിമുകളും, വൈദ്യന്മാരും രാമനാമത്തെ അതിശ്രേഷ്ഠമായ പ്രതിവിധിയായി ഉപയോഗിക്കുന്നില്ല എന്നുള്ളതാണു ശോചനീയം. ഇന്നത്തെ ആയുർവേദഗ്രന്ഥങ്ങളിലും അതിനു് ഒരു സ്ഥാനവും നൽകിയിട്ടില്ല. ഉണ്ടെങ്കിലും അതു് ആളുകളെ അന്ധവിശ്വാസത്തിലേയ്ക്കു് കുറെക്കൂടി തള്ളിവിടുന്നതിനു സഹായകമാംവണ്ണം ഒരു മന്ത്രത്തിൻെറ രൂപത്തിലായിരിക്കും. രാമനാമത്തിനു യഥാർത്ഥത്തിൽ അന്ധവിശ്വാസവുമായി യാതൊരു ബന്ധവുമില്ല. അതു പ്രകൃതിയുടെ പരമമായ നിയമമാണു്. അതു് അനുഷ്ഠിക്കുന്നവൻ സുഖക്കേടിൽനിന്നു സ്വതന്ത്രനാണു്. രോഗവിമുക്തൻ ആരായാലും അതനുഷ്ഠിക്കയും ചെയ്യും. സുഖക്കേടിൽനിന്നു ഒരുവനെ സ്വതന്ത്രനാക്കി സംരക്ഷിക്കുന്ന അതേ നിയമം ആ സുഖക്കേടിൻെറ പരി

---

23. ഉരുളികാഞ്ചൻ പ്രകൃതി ചികിത്സാലയത്തിൻെറ ചുമതല വഹിക്കുന്നവക്കു് 1946—'47ൽ ഗാന്ധിജി എഴുതിയ കത്തുകളിൽ ഒന്നിൽനിന്നു്. (Nature Cure, p. 65)

24. Harijan, 19-5-1946. (Nature Cure, pp. 40—41)

ഹാരത്തിനും ഉതകുന്നു. രാമനാമം പതിവായി ഉരുവിടുകയും പരിശുദ്ധമായ ജീവിതം നയിക്കയും ചെയ്യുന്ന ഒരുവൻ എന്നെങ്കിലും രോഗബാധിതനാകുന്നുവെങ്കിൽ അതെന്തുകൊണ്ടായിരിക്കണമെന്നതു് ഉചിതമായ ഒരു ചോദ്യമാണു്. പ്രകൃത്യാ മനുഷ്യൻ അപൂർണനാണു്. ചിന്താശീലനായ ഒരു മനുഷ്യൻ പൂർണതയ്ക്കായി യത്നിക്കുന്നു; എന്നാൽ ഒരിക്കലും അതു നേടുന്നില്ല. അവർ അറിയാതെയാണെങ്കിലും വഴിക്കു് ഇടറിവീഴുന്നു. ഈശ്വരന്റെ നിയമം പൂർണമായും ഒരു വിശുദ്ധജീവിതത്തിൽ മൂർത്തിമത്തായിക്കാണാം. സ്വന്തം പരിമിതികൾ അറിഞ്ഞിരിക്കുകയെന്നതാണു് ആദ്യം വേണ്ടതു്. ആ പരിമിതികളെ ലംഘിക്കുന്ന നിമിഷം നാം രോഗബാധിതരായിത്തീരുമെന്നുള്ളതു വ്യക്തമായിരിക്കണം.

തങ്ങൾ (പ്രകൃതി)നിയമങ്ങളെ പരിശോധിച്ചു് അതിൻപ്രകാരം പ്രവർത്തിക്കുന്നതിൽ കവിഞ്ഞു യാതൊന്നും ചെയ്യുന്നില്ലെന്നും അതുകൊണ്ടു് അവർ ഒന്നാംതരം പ്രകൃതിചികിത്സകരാണെന്നും ഡോക്ടർമാരായ സ്നേഹിതന്മാർ അവകാശപ്പെടുന്നുണ്ടു്. ഈ തരത്തിൽ എല്ലാം വിശദീകരിച്ചു തള്ളാം. രാമനാമത്തിൽ കവിഞ്ഞ എന്തും വാസ്തവത്തിൽ യഥാർത്ഥപ്രകൃതിചികിത്സയ്ക്കു വിരുദ്ധമാണെന്നുമാത്രമാണു ഞാൻ പറയുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നതു്. ഈ കേന്ദ്രതത്ത്വത്തിൽനിന്നു് അകന്നുപോകുന്തോറും, പ്രകൃതിചികിത്സയിൽനിന്നും നാം അകലുന്നു. ഈ ചിന്താപരമ്പര പിന്തുടർന്നുകൊണ്ടു പ്രകൃതിചികിത്സയെ ഞാൻ പഞ്ചഭൂതങ്ങളുടെ പ്രയോഗത്തിലേക്കു ചുരുക്കുന്നു. എന്നാൽ, ഇതിനപ്പുറം, കടന്നു തന്റെ ചുററുപാടും വളരുന്നതും വളർത്താവുന്നതുമായ പച്ചമരുന്നുകൾ, പണത്തിനുവേണ്ടിയല്ല, രോഗികളുടെ സേവനത്തിനുവേണ്ടിമാത്രം ഉപയോഗിക്കുന്ന ഒരു വൈദ്യനു താൻ പ്രകൃതിചികിത്സകനാണെന്നു് അവകാശപ്പെടാം. എന്നാൽ അത്തരം വൈദ്യന്മാരെ എവിടെ ലഭിക്കാനാണു്? ഇന്നു് അവരിൽ മിക്കവരും പണമുണ്ടാക്കുന്നതിൽ ഏർപ്പെട്ടിരിക്കയാണു്. അവർ ഗവേഷണപ്രവൃത്തികൾ നടത്തുന്നില്ല. അവരുടെ അത്യാഗ്രഹവും, മാനസികമായ അലസതയും നിമിത്തമാണു് ആയുർവേദശാസ്ത്രം ക്ഷയോന്മുഖമായിരിക്കുന്നതു്.

25

ഒരു സ്നേഹിതനിൽനിന്നു നല്ലൊരു തമാശയിതാ: 'വിശ്വാസചികിത്സ എന്നു പറയുന്നതുമായി ഈ പ്രകൃതിചികിത്സയ്ക്കു് എന്തെങ്കിലും അടുത്ത ബന്ധമുണ്ടോ എന്നു ഞാൻ അത്ഭുതപ്പെടുന്നു. തീർച്ചയായും ചികിത്സയിൽ ഒരുവനു വിശ്വാസമുണ്ടായിരിക്കണം.

25. Harijan, 9-6-'46 (Nature Cure, pp. 46—47)

എന്നാൽ പരിപൂർണ്ണ വിശ്വാസത്താലുള്ള ചില ചികിത്സക ളുണ്ട്—ഉദാഹരണമായി വസൂരി, വയറുവേദന തുടങ്ങിയവസ്സ് വസൂരിക്കു പ്രത്യേകിച്ച് ദക്ഷിണേന്ത്യയിൽ യാതൊരു ചികിൽസ യും നടത്തുന്നില്ലെന്ന് അങ്ങേയ്ക്കറിയാമായിരിക്കും. അത് ഒരു ദൈവികവിളയാട്ടമായി കരുതപ്പെടുന്നു. ഞങ്ങൾ മാരിയമ്മദേവി ക്കു പൂജകൾ അർപ്പിക്കുന്നു. അത്ഭുതകരമാംവണ്ണം മിക്കവാറും ഭേദ പ്പെടുന്നതായി കണ്ടുവരുന്നുണ്ട്. വയറുവേദനയ്ക്കു വളരെ പഴക്കമുള്ള വസ്സുപോലും ഭേദമുണ്ടാവാനായി തിരുപ്പതിയിലെ ദേവന്റെ മുമ്പിൽനിന്നുകൊണ്ട് ആളുകൾ പ്രതിജ്ഞകൾ ചെയ്യുന്നു; രോഗ വിമുക്തരായിക്കാണുമ്പോൾ അവർ സ്നാനാദികൾ കഴിച്ച് തങ്ങളുടെ പ്രതിജ്ഞകൾ നിറവേററുകയും ചെയ്യുന്നു. ഉചിതമായ ഒരുദാഹ രണം നൽകാം: എന്റെ അമ്മയ്ക്കും ഇതേ വേദനയായിരുന്നു. തിരു പ്പതി സന്ദർശനത്തിനുശേഷം അവർ ഇന്നു സുഖക്കേടിൽനിന്നു സ്വ തന്ത്ര്യയാണ്.

ദയവായി ഇക്കാര്യത്തിൽ അങ്ങ് എന്റെ സംശയങ്ങൾ പരി ഹരിച്ചുതരുമോ? പ്രകൃതിചികിത്സയിലും മനുഷ്യക്ക് അത്തരം വി ശ്വാസമുണ്ടാവുകയും, ചോസർ പറഞ്ഞതുപോലെ ഒരു രോഗിയെ എന്നും ഒരു രോഗിയാക്കിത്തന്നെ വച്ചുകൊണ്ടിരിക്കാൻ അപ്പോത്തി ക്കിരിയുമായി ശരിയായ ഗൂഢാലോചന നടത്തുന്ന—സ്വാഭാവിക മായ സ്ഥിതിഗതിയുടെ ഭാഗമാണത്—ഈ ഡോക്ടർമാർക്കു തുടർച്ചയായി കൊടുത്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന പണം ലാഭിക്കുകയും ചെ യ്യുകയുടെ?'

ഉദ്ധരിച്ച ഉദാഹരണങ്ങൾ പ്രകൃതിചികിത്സയോ, ഞാൻ അ തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ള രാമനാമമോ അല്ല. എന്നാൽ മററു ചി കിത്സയൊന്നും കൂടാതെ പ്രകൃതിതന്നെ പല രോഗങ്ങളും ഭേദപ്പെട്ടു ത്തുന്നതെങ്ങനെയെന്ന് അവ കാണിക്കുന്നു. ഭാരതീയജീവിത ത്തിൽ അന്ധവിശ്വാസത്തിനുള്ള പങ്കാണു ഇവ നിസ്സംശയം കാണി ക്കുന്നതു്. പ്രകൃതിചികിത്സയുടെ കേന്ദ്രമായ രാമനാമം അന്ധവി ശ്വാസത്തിന്റെ ശത്രുവാണ്. തത്ത്വനിഷ്ഠയില്ലാത്തവർ,മററെന്തു വ സ്തുക്കളെയും സമ്പ്രദായങ്ങളെയും എന്നപോലെതന്നെ, രാമനാമത്തെ യും നിന്ദിക്കും. വായ്കൊണ്ടുമാത്രമുള്ള രാമനാമജപത്തിനു ചി കിത്സയുമായി യാതൊരു ബന്ധവുമില്ല. വിശ്വാസചികിത്സ, ഞാൻ അതു ശരിക്കു മനസ്സിലാക്കിയിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ, എന്റെ സ്നേഹി തൻ വിവരിക്കുന്നവപോലെയുള്ള അന്ധമായ ചികിത്സയാണ്; അങ്ങനെ അതു ജീവിക്കുന്ന ഈശ്വരനിലുള്ള ജീവിക്കുന്ന വിശ്വാ സത്തെ പരിഹസിക്കുന്നു. ഈശ്വരനാമം ഒരുവന്റെ സങ്കല്പ സൃഷ്ടിയല്ല. അതു ഹൃദയത്തിൽനിന്നു വരേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഈ ശ്വരനിലുള്ള ബോധപൂർവമായ വിശ്വാസവും, അദ്ദേഹത്തിന്റെ നിയമത്തിന്റെ പരിജ്ഞാനവുമാണു മററു യാതൊരു സഹായവും

കൂടാതെ പൂർണ്ണമായ രോഗശാന്തി സാധ്യമാക്കിത്തീർക്കുന്നത്. ശുദ്ധമായ മനസ്സ് പൂർണാരോഗ്യമുള്ള ശരീരത്തിനു നിദാനമായിരിക്കുന്നുവെന്നാണ് ആ നിയമം. ഒരു അന്യൂനമായ മനസ്സ്, അന്യൂനമായ ഹൃദയത്തിൽനിന്നു് ഉണ്ടാകുന്നു. ഡോക്ടറിന്റെ സ്റ്റെതസ്കോപ്പ്കൊണ്ടു മനസ്സിലാക്കാവുന്ന ഹൃദയമല്ല. ഈശ്വരന്റെ ഇരിപ്പിടമായ ഹൃദയമാണത്. ഹൃദയസ്ഥനായ ഈശ്വരനെക്കുറിച്ചുള്ള ബോധം, അശുദ്ധമോ, അലസമോ, ആയ ചിന്ത മനസ്സിൽക്കൂടി കടന്നുപോകുവാൻ സാധ്യതയില്ലാതാക്കിത്തീർക്കുന്നുവെന്നു വാദിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. ചിന്താശുദ്ധിയുള്ളിടത്തു സുഖക്കേട് അസാദ്ധ്യമാണ്. അത്തരം ഒരു നില ആർജിക്കുവാൻ പ്രയാസമായിരിക്കാം. എന്നാൽ ആ വസ്തുത ബോധ്യമാകുന്നതോടുകൂടിത്തന്നെ ആരോഗ്യത്തിലേക്കുള്ള ഉയർച്ചയുടെ ആദ്യത്തെ പടി കയറിക്കഴിഞ്ഞിരിക്കും. തദനുഗുണമായ ശ്രമം ചെയ്യുന്നതോടുകൂടി അടുത്ത പടിയും കയറിയിരിക്കും. ഒരുവന്റെ ജീവിതത്തിലുണ്ടാകുന്ന ഈ മൗലിക പരിണാമത്തിന്റെപിറകെ മനുഷ്യൻ ഇന്നുവരെ കണ്ടുപിടിച്ചിട്ടുള്ള മറ്റ് എല്ലാ പ്രകൃതിനിയമങ്ങളുടെയും അനുഷ്ഠാനം സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെ ഉണ്ടായിരിക്കും. അവയെ ലാഘവത്തോടെ എടുക്കയും, ഹൃദയശുദ്ധിയുള്ളവനാണെന്ന് അവകാശപ്പെടുകയും ചെയ്‌വാൻ ഒരുവനു് സാധ്യമല്ല. രാമനാമമില്ലെങ്കിലും ശുദ്ധമായ ഒരു ഹൃദയമുണ്ടായാൽ തികച്ചും മതി എന്നു ന്യായമായും പറയാം. ശുദ്ധിയാർജിക്കാൻ വേറെ മാർഗമൊന്നും ഞാൻ കാണുന്നില്ലെന്നേയുള്ളു. ലോകത്തെങ്ങുമുണ്ടായിട്ടുള്ള പുരാതനപുണ്യപുരുഷന്മാർ നടന്ന പാതയാണത്. അവർ പരമഭാഗവതന്മാരായിരുന്നു; അന്ധവിശ്വാസികളോ വഞ്ചകരോ ആയിരുന്നില്ല.

ഇതു ക്രിസ്തീയശാസ്ത്രമാണെങ്കിൽ എനിക്കു് അതിനോട് ഒരു വഴക്കുമില്ല. രാമനാമമാർഗം എന്റെ കണ്ടുപിടിത്തമല്ല. അതു് ഒരുപക്ഷേ ക്രിസ്തീയയുഗത്തേക്കാൾ വളരെ പഴക്കം ഉള്ളതാണ്.

രാമനാമം യഥാർത്ഥശസ്ത്രക്രിയയെ നിരാകരിക്കുന്നുണ്ടോ എന്നു് ഒരു ലേഖകൻ ചോദിക്കുന്നു. തീർച്ചയായും ഇല്ല. ഒരു അപകടത്തിൽ മുറിഞ്ഞുപോയ ഒരു കാൽ വീണ്ടെടുക്കുവാൻ അതിനു സാധ്യമല്ല. പല സന്ദർഭങ്ങളിലും ശസ്ത്രക്രിയ അനാവശ്യമാണ്. അവ ആവശ്യമായിടത്തു് അവ നടത്തേണ്ടതാണ്. എന്നാൽ ഈശ്വരനെ ആശ്രയിക്കുന്ന ഒരുവൻ ഒരു കാൽ നഷ്ടപ്പെട്ടാൽ ദുഃഖിക്കയില്ല. രാമനാമജപം ഒരു മുറിവൈദ്യസമ്പ്രദായമോ താൽക്കാലികമായ ഒരുപാധിയോ അല്ല.

26

എന്റെ ഭാവനയിലെ രാമനാമവും, 'ജന്തർ മന്തറു'മായി യാതൊരു ബന്ധവുമില്ല. ഹൃദയപൂർവം രാമനാമം ജപിക്കുകയെന്ന

26. Harijan, 13–10–'46 (Nature Cure, p.36)

തിനു് ഒരു അതുല്യശക്തിയിൽനിന്നും സഹായം നേടുക എന്നാണ ർത്ഥമെന്നു ഞാൻ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടു്. അതിനോടു സാദൃശ്യപ്പെടുത്തു മ്പോൾ അണുബോംബു് യാതൊന്നുമല്ല. ഈ ശക്തി എല്ലാ വേദന കളെയും മാററുന്നതിനു ശക്തമാണു്. രാമനാമം ഹൃദയത്തിൽനിന്നു വരേണ്ടതാണെന്നു പറയുവാൻ എളുപ്പമുണ്ടെന്നു് ഏതായാലും സമ്മ തിച്ചേ തീരൂ. എന്നാൽ ഈ യാഥാർത്ഥ്യം പ്രഖ്യാപിക്കുക വളരെ പ്രയാസമാണു്. ഏതുകിലും മനുഷ്യനു സ്വായത്തമാക്കാവുന്ന ഏററ വും വലിയ വസ്തു അതാണു്.

എഫ്. മരണഭയം

27

കുട്ടികളോ, യുവാക്കളോ, പ്രായമായവരോ മരിക്കുമ്പോൾ നാം എന്തിനാണു പരിഭ്രമിക്കുന്നതു്? ആരെങ്കിലും ഒരാൾ ജനിക്കയോ മരിക്കയോ ചെയ്യാതെ ഈ ലോകത്തിൽ ഒരു നിമിഷംപോലും കടന്നുപോകുന്നില്ല. ജനനത്തിൽ സന്തോഷിക്കയും, മരണത്തിൽ ദുഃഖിക്കയും ചെയ്യുന്നതിന്റെ അർത്ഥശൂന്യത നമുക്കു ബോധ്യപ്പെട ണം. ആത്മാവിൽ വിശ്വസിക്കുന്നവർ—ഏതെങ്കിലും ഹിന്ദുവോ മുസൽമാനോ, പാർസിയോ അങ്ങനെയല്ലാതെയുണ്ടോ?—ആത്മാ വു് ഒരിക്കലും മരിക്കുന്നില്ലെന്നറിയുന്നു. ജീവിച്ചിരിക്കുന്നവരുടെ യും, മരിച്ചവരുടെയും ആത്മാക്കൾ ഒന്നുതന്നെയാണു്. സൃഷ്ടി യെന്നും നശീകരണമെന്നുള്ള അനന്തമായ പ്രക്രിയകൾ അവസാന മില്ലാതെ തുടർന്നുകൊണ്ടിരിക്കയാണു്. നാം സന്തോഷത്തിലോ സന്താപത്തിലോ മുഴുകത്തക്കവണ്ണമുള്ള യാതൊന്നും അതിലില്ല. ബന്ധുത്വത്തിന്റെ ആശയം നമ്മുടെ രാജ്യത്തിലെ ജനങ്ങളിലേക്കു മാത്രമെങ്കിലും വ്യാപിപ്പിച്ചു് ഈ രാജ്യത്തുണ്ടാകുന്ന എല്ലാ ജനന ങ്ങളും നമ്മുടെതന്നെ കുടുംബത്തിലുണ്ടാകുന്നതുപോലെ കരുതുകയാ ണെങ്കിൽ എത്ര ജനനം നാം ആഘോഷിക്കും? നമ്മുടെ രാജ്യത്തു ണ്ടാകുന്ന എല്ലാ മരണങ്ങളുടെ പേരിലും കരയുകയാണെങ്കിൽ നമ്മു ടെ കണ്ണിലെ കണ്ണുനീർ ഒരിക്കലും വററുകയില്ല, ഈ ചിന്താഗതി മരണത്തെക്കുറിച്ചുള്ള നമ്മുടെ എല്ലാ ഭീതിയും നീക്കുന്നതിനു സഹാ യകമായിരിക്കണം.

28

ജനനവും മരണവും വ്യത്യസ്തമായ രണ്ടു് അവസ്ഥകളല്ല. പ്ര ത്യുത, അവ ഒരേ അവസ്ഥയുടെ വ്യത്യസ്തവശങ്ങളാണു്. അതിൽ ഒന്നിനെപ്പററിത്തിൽ സന്തോഷിക്കേണ്ട യാതൊരു കാര്യവുമില്ലാത്തതു പോലെ മററതിനെ ആക്ഷേപിക്കേണ്ട കാര്യവുമില്ല.

27. Young India, 13-10-'21 (Truth is God, p. 129)
28. Young India, 20-11-'24 (Truth is God, p. 129)

29

എന്റെ ജീവിതം ബാഹ്യമായ ദുരന്തങ്ങൾകൊണ്ടു നിറയപ്പെട്ടതാണ്. അവ എന്നിൽ ദൃശ്യമോ ശാശ്വതമോ ആയ ഫലമൊന്നും അവശേഷിപ്പിച്ചിട്ടില്ലെങ്കിൽ അതിനു ഞാൻ ഭഗവത്ഗീതയിലെ ഉപദേശങ്ങൾക്കു കടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

30

രോഗത്തേക്കാൾ രോഗത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഭീതിയാണ് അധികം മരണങ്ങൾക്കും കാരണം.

31

ജനനവും മരണവും ഒരേ ഒരു വസ്തുവിന്റെ വ്യത്യസ്തങ്ങളായ രണ്ടു വശങ്ങളാണെന്നു നാം ദിവസവും ചെല്ലാറുണ്ട്. ജനിച്ചവനു മരിക്കേണ്ടതായിട്ടുണ്ട്; മരിക്കുന്നവൻ വീണ്ടും ജനിക്കുന്നു. ചിലർ മരണത്തിന്റെയും ജനനത്തിന്റെയും ഈ വലയത്തിൽനിന്നു രക്ഷപ്പെടുന്നു. എന്നാൽ ഈ വലയത്തിനുള്ളിലോ പുറത്തോ ആവട്ടെ ഒരാൾക്കു ജനനംമൂലം സന്തോഷിക്കുന്നതിനോ മരണംമൂലം വേദനപ്പെടുന്നതിനോ കാരണമില്ല. ഞാൻ ഇതു് അറിയുന്നു. അതുകൊണ്ടു ഭയം കൂടാതെ ഞാൻ സ്വതന്ത്രനായി ചുററിത്തിരിയുന്നു.

32

സ്വാർത്ഥതമൂലം നാം ദുഃഖിക്കുന്നു. അതു മോഹമല്ലാതെ മറെറാന്നുമല്ല....മരണശേഷം ജനനമോ മോക്ഷമോ ഉണ്ടു്. നാം ജനനം ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു. അതുപോലെ മോക്ഷത്തിനായി ആഗ്രഹിക്കയും അതിനുവേണ്ടി യത്നിക്കയും ചെയ്യുമെങ്കിൽ നമുക്കതും ലഭിക്കും. മൂന്നാമതൊരു അവസ്ഥയില്ല. മോക്ഷത്തിനായി നാം അവസാനമില്ലാതെ യത്നിച്ചില്ലെങ്കിൽ ജനനം അനിവാര്യമാണ്. ജനനം നാം ഇഷ്ടപ്പെടുന്നുണ്ടു്. അങ്ങനെയാണെങ്കിൽ അസന്തുഷ്ടി തോന്നേണ്ട ഒരു കാര്യവുമില്ല. വ്യസനത്തിനു കാരണം നമ്മുടെ മൂഢതയാണ്.

33

ഒരാൾ അതിജീവിച്ച ശരീരത്തെ ഉപേക്ഷിക്കുന്നതാണു നല്ലതു്. നമുക്കേററവും പ്രിയപ്പെട്ടവർ കഴിയുന്നിടത്തോളംകാലം ജീവിച്ചിരുന്നു കാണുവാനുള്ള ആഗ്രഹം സ്വാർത്ഥപരമായ ഒന്നാണ്. അതു ബലഹീനതമൂലമോ ശരീരത്തിന്റെ നാശത്തിനുശേഷവും

29. Young India, 6–8–'25 (Christian Missions, p. 30)
30. സിംലാ, 7–5–'46 (പ്രാർത്ഥനാ പ്രസംഗത്തിൽ നിന്നു്.)
31. 4–2–'29 (Bapu's Letters to Ashram Sisters, vol I. p. 68)
32. 11–2–'29 (Bapu's Letters to Ashram Sisters, vol. I, p. 70)
33. 6–7–'31 (Bapu's Letters to Mira, p. 156)

ആത്മാവു നിലനില്ക്കുമെന്നുള്ളതിൽ വേണ്ടത്ര വിശ്വാസമില്ലാത്തതു കൊണ്ടോ ഉണ്ടാകുന്നതാണു്. രൂപം എപ്പോഴും മാററുകയും എപ്പോഴും നശിക്കയും ചെയ്യുന്നു. രൂപമുളവാക്കുന്ന ആത്മാവാകട്ടെ മാറുകയോ നശിക്കയോ ചെയ്യുന്നില്ല. യഥാർത്ഥസ്നേഹം ശരീരത്തിൽനിന്നു അതിനുള്ളിലെ നിവാസിയിലേയ്ക്കു സ്വയം തിരിയുന്നതും എണ്ണമററ ശരീരങ്ങളിൽ കുടികൊള്ളുന്ന എല്ലാ ജീവൻെറയും ഏകത്വം തികച്ചും മനസ്സിലാക്കയും ചെയ്യുന്നതാണു്.

ജി. പ്രതിദിനചിന്താവിഷയം*

34

രോഗം ബാധിക്കുക എന്നതു് ആക്കും ലജ്ജ തോന്നേണ്ട ഒരു വസ്തുതയാണു്. രോഗം, എവിടെയോ എന്തോ തെററുപററി എന്നു സൂചിപ്പിക്കുന്നു. ശരീരവും മനസ്സും പരിപൂർണമായും ഭദ്രമായിരിക്കുന്ന ഒരാൾ ഒരിക്കലും രോഗംമൂലം കഷ്ടപ്പെടുകയില്ല.

35

ഒരു ദുഷ്ടചിന്തയും രോഗത്തിൻെറ ലക്ഷണംതന്നെയാണു്. ചിന്താവിചാരങ്ങളിൽനിന്നു നാം നമ്മെത്തന്നെ കാത്തുസൂക്ഷിക്കേണ്ടതാണു്.

36

രാമനാമം ദുർവിചാരങ്ങൾക്കു് ഒരിക്കലും പിഴയ്ക്കാത്ത ഒരു പ്രതിവിധിയാണു്. ആ നാമം ചുണ്ടുകളിൽനിന്നുമാത്രം പുറപ്പെട്ടാൽ പോരാ, ഹൃദയത്തിൽനിന്നുതന്നെ പുറപ്പെടണം.

37

രോഗങ്ങൾ അനവധിയാണു്. അതുപോലെതന്നെയാണു് ഭിഷഗ്വരന്മാരും, അവരുടെ ചികിത്സകളും. എല്ലാ സുഖക്കേടുകളും ഒന്നാണെന്നു കണക്കാക്കുകയും, രാമനെ ഒരേ ഭിഷഗ്വരനായി കരുതുകയും ചെയ്താൽ മിക്ക അസുഖങ്ങളിൽനിന്നും നാം സ്വതന്ത്രരാകും.

38

മരിച്ചുപോകുന്ന വൈദ്യന്മാരുടെയും ഭിഷഗ്വരന്മാരുടെയും പുറകെ നാം ഓടുകയും, നിത്യനും പരാജയം പററാത്ത വൈദ്യനും ആയ

* പ്രാർത്ഥനാപ്രസംഗങ്ങളിൽ നിന്നു്.
34. സേവാഗ്രാം, 26–12–'44 (Nature Cure, p. 55)
35. സേവാഗ്രാം, 27–12–'44 (Nature Cure, p. 55)
36. സേവാഗ്രാം, 28–12–'44 (Nature Cure, p.55)
37. സേവാഗ്രാം, 29–12–'44 (Nature Cure, p. 55)
38. സേവാഗ്രാം, 30–12–'44 (Nature Cure, p. 55)

രാമനെ സ്ഥിരമായി വിസ്മരിക്കയും ചെയ്യുന്നതു് എത്ര അത്ഭുതകരമായിരിക്കുന്നു!

39

നാമും ഒരിക്കൽ മരിക്കുമെന്നും, ഭിഷഗ്വരന്റെ ചികിത്സയുടെ ഫലമായി നമ്മുടെ ജീവിതം ഏതാനും ദിവസംകൂടി നീട്ടിക്കൊണ്ടു പോകാനേ അങ്ങേ അററം കഴിയൂ എന്നും അറിഞ്ഞിട്ടും, നാം അന്തമില്ലാത്ത ശല്യങ്ങൾക്കു നമ്മെ സ്വയം വിധേയരാക്കുന്നു എന്നതാണു് അതിലും അത്ഭുതകരമായിരിക്കുന്നതു്!

40

യുവാക്കളും വൃദ്ധരും, ധനികരും ദരിദ്രരും—എല്ലാവരും നമ്മുടെ കൺമുന്നിൽവച്ചുതന്നെ മരിക്കുന്നു. എന്നിട്ടും നാം വെറുതെയിരിക്കില്ല; നേരെമറിച്ചു്, ഏതാനും ദിവസംകൂടി ജീവിതം നീട്ടിക്കൊണ്ടുപോകാനായി നമുക്കു കഴിയുന്നതൊക്കെ ചെയ്യും. രാമനെ ആശ്രയിക്കലൊഴിച്ചു്!—

41

നാം ഇതു മനസ്സിലാക്കുകയും, നമ്മുടെ വിശ്വാസം രാമനിൽ അർപ്പിച്ചു നമുക്കു വരുന്ന ഏതൊരു സുഖക്കേടും ക്ഷമാപൂർവം സഹിക്കയും യഥാർത്ഥസമാധാനത്തിൽ ജീവിക്കയും ചെയ്തിരുന്നുവെങ്കിൽ എത്ര നന്നായിരുന്നേനെ!

42

പ്രകൃതിചികിത്സ നമ്മെ ദൈവത്തോടു കൂടുതൽ അടുപ്പിക്കുന്നു. അതുപോലും കൂടാതെ കഴിക്കാമായിരുന്നെങ്കിലും എനിക്കു യാതൊരു എതിർപ്പുമുണ്ടാവില്ല. എന്നാൽ എന്തിനാണു് ഉപവാസത്തെ ഭയപ്പെടുന്നതും, ശുദ്ധവായുവിനെ നീക്കിനിർത്തുന്നതും? പ്രകൃതിചികിത്സയുടെ അർത്ഥം, പ്രകൃതിയുടെ അഥവാ ഈശ്വരന്റെ അടുത്തേക്കു കൂടുതൽ നീങ്ങുകയെന്നതാണു്.

43

മതഭക്തനെന്നു ധരിച്ചിരുന്ന ഒരാൾ സുഖക്കേടുമൂലം കഷ്ടമനുഭവിക്കയാണെങ്കിൽ എന്തോ ഒന്നിന്റെ അഭാവം അയാളിലുണ്ടെന്നാണു് അതിനർത്ഥം.

---

39. സേവാഗ്രാം, 31–12–'44 (Naure Cure, p. 55)
40. സേവാഗ്രാം, 1–1–'45 (Nature Cure, p.56)
41. സേവാഗ്രാം, 2–1–'45 (Nature Cure, p.56)
42. സേവാഗ്രാം, 9–1–'45 (Nature Cure, p. 56—ഒരു കത്തിൽനിന്നു്)
43. സേവാഗ്രാം, 22–4–'45(Nature Cure, p. 56)

44

കൂടുതൽ ചിന്തിക്കുന്തോറും ഹൃദയപൂർവം ജ്ഞാനപൂർവവുമായുള്ള രാമനാമജപം എല്ലാത്തരം സുഖക്കേടുകൾക്കുമുള്ള പ്രതിവിധിയാണെന്ന് എനിക്കു കൂടുതൽ ബോദ്ധ്യമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്.

എച്ച്. വിശ്വാസം പരീക്ഷിക്കപ്പെടുന്നു

45

എന്റെ രണ്ടാമത്തെ മകൻ മണിലാലിന് ഉഗ്രമായ സന്നിപാതജ്വരം പിടിപെട്ടു. അതോടൊപ്പംതന്നെ ന്യൂമോണിയയും. രാത്രി സ്വബോധമില്ലാതെ പിച്ചും പേയും പറയലും ഉണ്ടായിരുന്നു. ഏതാനും കൊല്ലം മുമ്പു കഠിനമായ മസൂരിരോഗം പിടിപെട്ടതും മണിലാലിനുതന്നെയായിരുന്നു.

ഡോക്ടറെ വിളിച്ചുകൊണ്ടുവന്നു. ഔഷധത്തിനു വലിയ ഗുണമൊന്നും ചെയ്‌വാൻ സാധ്യമല്ലെന്നും മുട്ടയും കോഴിസൂപ്പും കൊടുക്കുമെങ്കിൽ ഗുണം കണ്ടേക്കുമെന്നും അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു.

മണിലാലിനു പത്തുവയസ്സേ ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ. അവന്റെ ആഗ്രഹമറിയുകയെന്ന പ്രശ്നമേ ഇല്ലായിരുന്നു. അവന്റെ രക്ഷാകർത്താവെന്ന നിലയിൽ ഞാനാണു തീരുമാനമെടുക്കേണ്ടിയിരുന്നത്. ഡോക്ടർ വളരെ നല്ല ഒരു പാഴ്സിയായിരുന്നു. ഞങ്ങൾ എല്ലാവരും സസ്യഭുക്കുകളാണെന്നും, അതുകൊണ്ട് ഇവ രണ്ടിൽ ഒന്നുപോലും എന്റെ മകനു കൊടുക്കുവാൻ സാധ്യമല്ലെന്നും ഞാൻ പറഞ്ഞു,

എനിക്കു കുനേയുടെ ചികിൽസ അറിയാമായിരുന്നു. ഞാനതു പരീക്ഷിച്ചിട്ടുമുണ്ട്: ഗുണപ്രദമായവിധം ഉപവാസവും പരീക്ഷിച്ചുനോക്കാമെന്നു ഞാനറിഞ്ഞിരുന്നു. അതുകൊണ്ടു കുനേ നിർദേശിച്ചതനുസരിച്ചു മണിലാലിനു ഞാൻ ഉദരസ്നാനം നൽകിത്തുടങ്ങി. തൊട്ടിക്കുള്ളിൽ മൂന്നു മിനിററിൽ കൂടുതൽ അവനെ ഒരിക്കലും ഇരുത്തിയിരുന്നില്ല. മൂന്നു ദിവസത്തേക്കു ഓറഞ്ചുനീര് വെള്ളത്തിൽ ചേർത്ത്, അതുമാത്രമേ അവനു കൊടുത്തിരുന്നുള്ളൂ. എന്നാൽ പനി വിട്ടുമാറിയില്ല. 104 ഡിഗ്രി വരെ എത്തി. രാത്രിയിൽ ബോധക്ഷയമുണ്ടാകുമായിരുന്നു. ഞാൻ വ്യാകുലപ്പെട്ടു തുടങ്ങി. ആളുകൾ എന്നെക്കുറിച്ച് എന്തു പറയും? എന്റെ ജ്യേഷ്ഠൻ എന്നെക്കുറിച്ച് എന്തു വിചാരിക്കും? മററൊരു ഡോക്ടറെ വിളിച്ചുകൂടെ? ഒരു ആ

---

44. ഉറുളി 22–3–'46 (Nature Cure, p. 56)
45. From "An Autobiography," (1927) Part III, Ch. 22, (pp. 180–182)

യുർവേദവൈദ്യൻ ആയാലെന്താണു്? തങ്ങളുടെ കിറുക്കുകൾ കുട്ടികളുടെമേൽ അടിച്ചേൽപ്പിക്കാൻ മാതാപിതാക്കൾക്കു് എന്തവകാശമാണുള്ളതു്?

ഇത്തരം ചിന്തകൾ എന്നെ അലട്ടിക്കൊണ്ടിരുന്നു. അപ്പോൾ അതിനു വിപരീതമായ ഒരു പ്രവാഹം ഉത്ഭവിക്കുകയായി; ഞാൻ എനിക്കു നൽകുമായിരുന്ന അതേ ചികിൽസാവിധിയാണു്എന്റെ മകനും നൽനുന്നതെന്നു കാണുന്നതിൽ ഈശ്വരൻ തീർച്ചയായും സന്തുഷ്ടനാകും. എനിക്കു ജലചികിൽസയിൽ വിശ്വാസമുണ്ടായിരുന്നു; ഇംഗ്ലീഷ് ചികിൽസയിൽ വലിയ വശ്വാസമില്ലായിരുന്നു. ഡോക്ടർക്കു സുഖക്കേടു ഭേദമാകുമെന്നു് ഉറപ്പുനൽകുവാൻ സാധിക്കയില്ല. അങ്ങേയററം അവർക്കു പരീക്ഷണം നടത്താനേ സാധിക്കൂ. ആയുസ്സിന്റെ നിയന്ത്രണസൂത്രം ഈശ്വരന്റെ കൈകളിലാണു്. അതു് അദ്ദേഹത്തിൽ തന്നെ വിശ്വാസപൂർവം അർപ്പിച്ചു് അദ്ദേഹത്തിന്റെപേരിൽ ഞാൻ ശരിയാണെന്നു കരുതുന്ന ചികിൽസതന്നെ എന്തുകൊണ്ടു തുടർന്നു പൊയ്ക്കൂടാ?

ഇത്തരം പരസ്പരവിരുദ്ധമായ ചിന്തകൾ എന്റെ മനസ്സിനെ പിളർന്നുകൊണ്ടിരുന്നു. സമയം രാത്രിയായി. ഞാൻ മണിലാലിന്റെകൂടെ അവന്റെ കിടക്കയിൽ കിടക്കയായിരുന്നു. അവനെ നനഞ്ഞ തുണികൊണ്ടു പുതപ്പിച്ചു വിയർപ്പിക്കുവാൻ ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു. ഞാൻ എഴുന്നേററു. ഒരു പുതപ്പെടുത്തു നനച്ചു; അതിൽനിന്നു വെള്ളം പിഴിഞ്ഞുകളഞ്ഞു് മണിലാലിനെ അതുകൊണ്ടു പുതപ്പിച്ചു. തലമാത്രം മൂടിയില്ല. അതിനുശേഷം രണ്ടു പുതപ്പുകൾകൊണ്ടു കൂടി അവനെ മൂടി. തലയിൽ നനഞ്ഞ ഒരു തുവർത്തു കെട്ടി. ശരീരം മുഴുവൻ പഴുത്ത ഇരുമ്പുപോലെ ചൂടായിരുന്നു; നല്ല വണ്ണം വരണ്ടുമിരുന്നു. വിയർപ്പു് അൽപ്പംപോലുമില്ലായിരുന്നു.

ഞാൻ കഠിനമായി ക്ഷീണിച്ചിരുന്നു. മണിലാലിനെ അവന്റെ അമ്മയുടെ സംരക്ഷണത്തിൽ ഏൽപിച്ചിട്ടു്, ഒന്നു തളർച്ച തീർക്കുന്നതിനായി ഞാൻ ചൗപ്പാത്തി കടപ്പുറത്തേയ്ക്കു നടക്കാനിറങ്ങി. ഏകദേശം പത്തുമണിയായിരുന്നു. അപ്പോൾ പുറത്തിറങ്ങി നടക്കുന്നവർ വളരെ ചുരുക്കമായിരുന്നു. ചിന്തയിൽ ആഴ്ന്നിറങ്ങിയ ഞാൻ, അവരുടെ നേരെ നോക്കിയതേയില്ല. 'ഈശ്വരാ! ഈ ധർമസങ്കടാവസ്ഥയിൽ എന്റെ മാനം അങ്ങയുടെ പക്കലാണു്' എന്നു ഞാൻ സ്വയം ഉരുവിട്ടുകൊണ്ടിരുന്നു. രാമനാമം ഞാൻ ജപിച്ചുകൊണ്ടേയിരുന്നു. അൽപ്പസമയത്തിനുശേഷം ഞാൻ തിരികെ വന്നു. എന്റെ ഹൃദയം എന്റെ നെഞ്ചിനുള്ളിൽ പിടച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു.

ഞാൻ മുറിയിലേക്കു കടന്നതേയുള്ളു; ഉടൻതന്നെ മണിലാൽ ചോദിച്ചു. 'ബാപ്പു മടങ്ങിയെത്തി അല്ലേ?' എന്നു്.

'വന്നു, ഓമനേ.'

'ദയവുചെയ്തു് എന്നെ വേഗം ഇതിൽനിന്നു മാറ്റൂ. ഞാൻ വേകുന്നു.'

'നിനക്കു വിയർക്കുന്നുണ്ടോ, മോനേ?'

'ഞാൻ കുതിർന്നിരിക്കുന്നു, ദയവുചെയ്തു എന്നെ പുറത്തെടുക്കൂ.'

ഞാൻ അവൻെറ നെററി തൊട്ടുനോക്കി. അതു വിയർപ്പുതുള്ളി കൾകൊണ്ടു നിറഞ്ഞിരുന്നു. പനി കുറഞ്ഞുകൊണ്ടിരുന്നു. ഞാൻ ഈശ്വരനോടു നന്ദി പറഞ്ഞു.

'മണിലാൽ, നിൻെറ പനി ഇനി തീർച്ചയായും മാറും. അല്പം കൂടി വിയർത്തുകൊള്ളട്ടെ. അപ്പോൾ ഞാൻ നിന്നെ പുറത്തേക്കെടുക്കാം.'

'അയ്യോ, അതു പററില്ല. ഈ ചൂളയിൽനിന്നു് എന്നെ വേഗം രക്ഷിക്കൂ. അച്ഛനു വേണമെങ്കിൽ വേറെ എപ്പോഴെങ്കിലും എന്നെ പൊതിഞ്ഞുകൊള്ളൂ.'

അവൻെറ ശ്രദ്ധ മററു വഴിക്കു തിരിച്ചു്, ഏതാനും നിമിഷം കൂടി വല്ലവിധവും ആ പുതപ്പിനുള്ളിൽ ഞാനവനെ സൂക്ഷിച്ചു. അവൻെറ നെററിയിൽക്കൂടി വിയർപ്പു് ഒഴുകിക്കൊണ്ടിരുന്നു. ഞാൻ പുതപ്പുമാററി അവൻെറ ശരീരം തോർത്തി. അച്ഛനും മകനും ഒരേ കിടക്കയിൽ കിടന്നുറങ്ങി.

രണ്ടുപേരും മരമുട്ടിപോലെ കിടന്നുറങ്ങി. പിറേറന്നു രാവിലെ മണിലാലിനു പനി വളരെ കുറഞ്ഞിരുന്നു. അങ്ങനെ 40 ദിവസത്തേക്കു വെള്ളംചേർത്ത പാലും, പഴങ്ങളുടെ നീരും ഉപയോഗിച്ചു് അവൻ കഴിഞ്ഞു. ഇനി എനിക്കു പേടിയില്ല. അതു വിഷമംപിടിച്ച ഒരുവക പനിയായിരുന്നു. എന്നാൽ അതു നിയന്ത്രണത്തിലായിക്കഴിഞ്ഞിരുന്നു.

ഇന്നു് എൻെറ കുട്ടികളിൽ മണിലാലാണു് ഏററവും ആരോഗ്യമുള്ളവൻ. അവൻെറ രോഗശാന്തി ഈശ്വരാനുഗ്രഹംകൊണ്ടോണോ, ജലചികിൽസകൊണ്ടാണോ, അതോ ശ്രദ്ധാപൂർവമായ ആഹാരക്രമവും ശുശ്രൂഷയുംകൊണ്ടാണോ എന്നു് ആർക്കറിയാം? അവനവൻെറ വിശ്വാസമനുസരിച്ചു് ഓരോരുത്തരും തീരുമാനിക്കട്ടെ. എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം, ഈശ്വരൻ എൻെറ മാനം രക്ഷിച്ചുവെന്നതു തീർച്ചയാണു്. ഇന്നും ആ വിശ്വാസം മാററമില്ലാതെ അവശേഷിക്കുന്നു.

അഞ്ച്

ഗാർഹിക സമ്പദ്‌വ്യവസ്ഥ

പീഠിക

1

' ഞാൻ വിഷയാസ്വാദനപ്രധാനമായ ആധുനിക കൃത്രിമജീവിതത്തിന്നെതിരായി പ്രസംഗിക്കുകയും ചർക്കയിൽ സംഗ്രഹിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള ലളിതജീവിതത്തിലേക്കു തിരിച്ചുപോകാൻ പുരുഷന്മാരോടും സ്ത്രീകളോടും ആവശ്യപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ടെങ്കിൽ, അതു ലാളിത്യത്തിലേക്ക് ബുദ്ധിപൂർവം തിരിച്ചുപോകാതെ മൃഗീയതയെക്കാറം താഴ്ന്ന ഒരവസ്ഥയിലേക്കുള്ള പതനത്തിൽനിന്നു നമുക്കു രക്ഷയില്ലെന്നു് എനിക്കറിയാവുന്നതുകൊണ്ടാണ്.

2

'ബ്രഹ്മാവു മനുഷ്യരെ സൃഷ്ടിച്ച്, യജ്ഞം ചെയ്യാൻ അവരെ ചുമതലപ്പെടുത്തി; എന്നിട്ട് ഇങ്ങനെ പറഞ്ഞു: 'ഇതുകൊണ്ടു് നിങ്ങറം ഉൽക്കർഷം പ്രാപിക്കുവിൻ. ഇതു നിങ്ങളുടെ കാമധേനുവായി ഭവിക്കട്ടെ.' ഈ യജ്ഞം ചെയ്യാതെ ഭക്ഷിക്കുന്നവൻ കട്ടെടുത്ത ഭക്ഷണമാണു് ഭക്ഷിക്കുന്നതു്,' ഗീത ഇങ്ങനെ പറയുന്നു. 'നിന്റെ നെററി വിയർപ്പിച്ചുകൊണ്ടു നീ ഭക്ഷണം സമ്പാദിക്കുക' എന്നു ബൈബിളും പറയുന്നു. യജ്ഞങ്ങറം ബഹുവിധമാകാം. അവയിലൊന്നു് ജീവികാസമ്പാദനത്തിനുള്ള അദ്ധ്വാനംതന്നെയാകാം. എല്ലാവരും അവരവരുടെ ഭക്ഷണത്തിനുവേണ്ടത്ര അദ്ധ്വാനിക്കുകയും, അതിലധികം സമ്പാദിക്കാതിരിക്കുകയും ചെയ്താൽ, എല്ലാവക്കും വേണ്ടത്ര ഭക്ഷണവും ധാരാളം വിശ്രമവും ഉണ്ടാവും. അപ്പോറം ജനസംഖ്യാവർദ്ധനയെക്കുറിച്ചുള്ള മുറവിളിയുണ്ടാവില്ല; രോഗമുണ്ടാവില്ല; നാം നാലുപുറത്തും കാണുന്നവിധമുള്ള ദുരിതവുമുണ്ടാവില്ല. അത്തരം പ്രവർത്തനം ഏററവും ഉയൎന്ന രൂപത്തിലുള്ള യജ്ഞമായിരിക്കും. മനുഷ്യർ ശരീരംകൊണ്ടോ മനസ്സുകൊണ്ടോ മററു പല കാര്യങ്ങളും ചെയ്യും; സംശയമില്ല. എന്നാൽ ഇവയെല്ലാം പൊതു

---

1. Young India, 21-7-1921· (The Mind of Mahatma Gandhi, p. 136)
2. Harijan, 29-6-1935· (The mind of Mahatma Gandhi, p. 133)

നമ്മുക്കുവേണ്ടിയുള്ള നിസ്വാർത്ഥപ്രവർത്തനമായിരിക്കും: അപ്പോൾ ധനികനും ദരിദ്രനുമുണ്ടാവില്ല. ഉയർന്നവനും താഴ്ന്നവനുമുണ്ടാവില്ല. സ്പൃശ്യനും അസ്പൃശ്യനുമുണ്ടാവില്ല.

ഇതു് അപ്രാപ്യമായ ഒരാദർശമായിരിക്കാം. എന്നാൽ അതുകൊണ്ടു് നാം അതിനുവേണ്ടിയുള്ള യത്നം അവസാനിപ്പിക്കേണ്ടതില്ല. ത്യാഗനിയമം, അതായതു് മനുഷ്യന്റെ വർഗനിയമം, പൂർണമായി നിർവഹിക്കാതെതന്നെ നാം നമ്മുടെ ദൈനംദിനജീവികാസമ്പാദനത്തിനു വേണ്ടത്ര ശാരീരികാദ്ധ്വാനം ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ ആ ആദർശത്തിലേക്ക നാം വളരെ ദൂരം പോയിരിക്കും.

3

നാം അങ്ങനെ ചെയ്യുന്നുവെങ്കിൽ നമ്മുടെ ആവശ്യങ്ങൾ കുറയുകയും നമ്മുടെ ഭക്ഷണം ലളിതമാവുകയും ചെയ്യും. അപ്പോൾ നാം ജീവിക്കാനായി ഭക്ഷിക്കണം, ഭക്ഷിക്കാനായി ജീവിക്കരുതു്. ഈ നിർദേശത്തിന്റെ സൂക്ഷ്മതയിൽ സംശയമുള്ള ആരും സ്വന്തം ഭക്ഷണത്തിനുവേണ്ടി ശരീരാദ്ധ്വാനം ചെയ്യാൻ ശ്രമിക്കട്ടെ. അയാൾക്കു് സ്വന്തം അദ്ധ്വാനഫലങ്ങൾ ഏററവും രുചികരമായി അനുഭവപ്പെടുകയും അയാളുടെ ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുകയും, താൻ അനുഭവിച്ചിരുന്ന പല സാധനങ്ങളും അധികപ്പററായിരുന്നുവെന്നു് അയാൾക്ക ബോദ്ധ്യപ്പെടുകയും ചെയ്യും.

അദ്ധ്യായം ഒന്നു്

സഹകരണത്തോടുകൂടിയ കൂട്ടജീവിതം

എ. ആശ്രമജീവിതം: ഫീനിക്സ് മുതൽ സബർമതിവരെ

1

ആശ്രമം എന്നു് ഇവിടെ ഉദ്ദേശിച്ചിരിക്കുന്നതു് മതവിശ്വാസികളുടെ ഒരു സമൂഹത്തെയാണു്. അനുഭവത്തിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ ഭൂതകാലത്തിലേക്ക തിരിഞ്ഞുനോക്കുമ്പോൾ ആശ്രമജീവിതം എനിക്കു് അത്യാവശ്യമായിരുന്നു എന്നു തോന്നുന്നു. സ്വന്തമായി ഒരു വീടു് ഉണ്ടായിക്കഴിഞ്ഞ അന്നുമുതല്ക്കതന്നെ, ഈ അർത്ഥത്തിൽ, എന്റെ വീടു് ഒരു ആശ്രമം ആയിരുന്നു. എന്തെന്നാൽ ഒരു ഗൃഹനായകൻ എന്ന നിലയിൽ എന്റെ ജീവിതം ഉല്ലാസമയമല്ലായിരുന്നു. പിന്നെയോ, എന്നും കർത്തവ്യനിരതമായ ഒന്നായി

---

8. Harijan, 29–6–1935 (The Mind of Mahatma Gandhi, p. 133)
1. Ashram Observances in Action, (1932) pp. 7—11

രുന്നു. മാത്രമല്ല, എന്റെ കുടുംബാംഗങ്ങൾക്കു പുറമെ എന്റെ സ്നേഹിതന്മാരും മററും എപ്പോഴും എന്റെകൂടെ താമസിച്ചുവന്നു. എന്നോടുള്ള അവരുടെ ബന്ധം ആരംഭം മുതല്ക്കേ ആദ്ധ്യാത്മികമായിരുന്നു. അഥവാ പിന്നീട് അങ്ങനെ ആയിത്തീർന്നിരുന്നു. 1904–ൽ ഞാൻ റസ്കിന്റെ ('Unto this last') 'അൺ ടു ദിസ് ലാസ്റ്റ്' എന്ന പുസ്തകം വായിക്കുന്നതുവരെ ഇതു് അബോധപൂർവം തുടർന്നു. പ്രസ്തുത പുസ്തകം എന്നെ ആഴത്തിൽ സ്പർശിച്ചു. 'ഇൻഡ്യൻ ഒപ്പീനിയൻ' വനാന്തരത്തിൽ മാററി സ്ഥാപിച്ചു് അതിലെ ജോലിക്കാരൊത്തു് ഏക കുടുംബമായി താമസിക്കുവാൻ ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു. നൂറു് ഏക്കർ സ്ഥലം വാങ്ങിച്ചു ഫീനിക്സ് സെററിൽമെൻറു് സ്ഥാപിച്ചു. ഞങ്ങളോ മററാരെങ്കിലുമോ അതിനെ ആശ്രമം എന്നു വിളിച്ചില്ല. അതിനു മതപരമായ ഒരടിസ്ഥാനമുണ്ടായിരുന്നു. , എന്നാൽ പ്രത്യക്ഷത്തിലുള്ള അതിന്റെ ഉദ്ദേശ്യം ശാരീരികവും മാനസികവുമായ വിശുദ്ധിയും സാമ്പത്തിക സമത്വവും ആയിരുന്നു. ബ്രഹ്മചര്യം അത്യന്താപേക്ഷിതമായി അന്നു ഞാൻ കരുതിയിരുന്നില്ല. നേരെമറിച്ചു സഹപ്രവർത്തകർ വിവാഹജീവിതത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടു് കളത്രപുത്രാദികളോടുകൂടി വസിക്കണമെന്നായിരുന്നു പ്രതീക്ഷ....ഇതായിരുന്നു ആദ്യപടി.

1906–ലായിരുന്നു അടുത്തപടി എടുത്തതു്. സേവനത്തിനു് ഉഴിഞ്ഞുവയ്ക്കപ്പെട്ട ഒരു ജീവിതത്തിനു ബ്രഹ്മചര്യമാണു് ഏററവും ആവശ്യം എന്നു് അനുഭവത്തിന്റെ പാഠശാലയിൽനിന്നു ഞാൻ പഠിച്ചു. ഇക്കാലം മുതൽ ഞാൻ ഫീനിക്സിനെ ഒരു മതപരമായ സ്ഥാപനമായി മനഃപൂർവം പരിഗണിച്ചു. അതേ കൊല്ലമാണു് സത്യഗ്രഹം ആരംഭിച്ചതു്. മതവിശ്വാസത്തിൽ അധിഷ്ഠിതമായിരുന്ന ഈ പ്രസ്ഥാനത്തിനു സത്യമാകുന്ന ഈശ്വരനിൽ അചഞ്ചലമായ വിശ്വാസം ആവശ്യമായിരുന്നു. ഇവിടെ മതത്തിനു് ഒരു ഇടുങ്ങിയ അർത്ഥമല്ല. വിവിധ മതങ്ങളെ തമ്മിൽ ബന്ധിപ്പിക്കുന്നതും, മതങ്ങളെല്ലാം ഒന്നാണെന്നു ബോദ്ധ്യപ്പെടുത്തുന്നതുമായ ഒന്നാണതു്. ഇതു 1911 വരെ തുടർന്നു.

1911–ൽ ഞങ്ങൾ മൂന്നാമത്തെ പടി സ്വീകരിച്ചു. അതുവരെയും അച്ചടിശാലയിലും പത്രമാഫീസിലും പണിയെടുത്തിരുന്നവർ മാത്രമായിരുന്നു ഫീനിക്സിൽ താമസിച്ചിരുന്നതു്. എന്നാൽ ഇപ്പോൾ സത്യാഗ്രഹപ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗമെന്നവണ്ണം സത്യഗ്രഹികൾക്കു കുടുംബമായി താമസിക്കാനും ഒരു ആധ്യാത്മികജീവിതം നയിക്കുവാനും സാധിക്കുന്ന ഒരാശ്രമത്തിന്റെ ആവശ്യം ഞങ്ങൾക്കു ബോധ്യപ്പെട്ടു. എന്റെ ജർമൻ സ്നേഹിതനായ കല്ലൻബാക്കിനെ ഇതിനകം ഞാൻ പരിചയപ്പെട്ടുകഴിഞ്ഞിരുന്നു. ഞങ്ങൾ ഇരുവരും ഒരുതരത്തിലുള്ള ഒരു ആശ്രമജീവിതമായിരുന്നു നയിച്ചിരുന്നതു്. ഞാൻ ഒരു അഭിഭാഷകനും കല്ലൻബാക്കു് ഒരു വാസ്തു

ശില്പവിദഗ്ദ്ധനമായിരുന്നു. എന്നിരുന്നാലും അധികം ആരം പാർപ്പില്ലാതിരുന്ന ആ സ്ഥലത്തു് ഞങ്ങരം ഒരു ലളിതജീവിതം നയിച്ചിരുന്നു. ആദ്ധ്യാത്മികകാര്യങ്ങളിൽ താത്പര്യമുള്ളവരുമായിരുന്ന ഞങ്ങരം. അജ്ഞതമൂലം ഞങ്ങരം തെററുകരം ചെയ്തിരിക്കാം. എന്നാൽ ഞങ്ങരം എല്ലാ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെയും അടിസ്ഥാനം മതത്തിൽ കണ്ടെത്താൻ ശ്രമിക്കുകയായിരുന്നു. കല്ലൻബാക്ക് 1100 ഏക്കർ വിസ്തീർണമുള്ള ഒരു സ്ഥലം വാങ്ങി; അവിടെ സത്യഗ്രഹ കുടുംബങ്ങരം താമസമുറപ്പിച്ചു. ആദ്ധ്യാത്മിക പ്രശ്നങ്ങരം ഓരോ കാൽവെപ്പിലും ഞങ്ങളെ അഭിമുഖീകരിച്ചു. ആ സ്ഥാപനം മുഴുവനും മതപരമായ ഒരടിസ്ഥാനത്തിലാണു് നടത്തിവന്നതു്. താമസക്കാരിൽ ഹിന്ദുക്കളും മുസ്ളീമുകളും ക്രിസ്ത്യാനികളും പാഴ്സികളുമുണ്ടായിരുന്നു. എന്നാൽ അവരിൽ ഓരോരുത്തരും വിശ്വാസസ്ഥിരതയുള്ളവരായിരുന്നെങ്കിലും ഒരിക്കലും അവർ പരസ്പരം ശണ്ഠ കൂടിയതായി എനിക്കോർമയില്ല. ഞങ്ങളിൽ ഓരോരുത്തരും മററുള്ളവരുടെ മതത്തെ ആദരിക്കുകയും, അവരവരുടെ വിശ്വാസമനുവർത്തിച്ചുകൊണ്ടു് ആദ്ധ്യാത്മികാഭിവൃദ്ധിയുണ്ടാക്കാൻ സകലരെയും സഹായിക്കുകയും ചെയ്തു.

ഈ സ്ഥാപനം സത്യഗ്രഹ ആശ്രമം എന്നല്ല. 'ടോരംസ്റ്റോയി ഫാം' എന്നാണു് അറിയപ്പെട്ടിരുന്നതു്. ഞാനും കല്ലൻബാക്കും ടോരംസ്റ്റോയിയുടെ അനുയായികരം ആയിരുന്നതുമൂലം അദ്ദേഹത്തിന്റെ സിദ്ധാന്തങ്ങരം കുറെയൊക്കെ പരിശീലിക്കുന്നതിനു ശ്രമിച്ചുവന്നു. ടോരംസ്റ്റോയി ഫാം 1912—ൽ നിർത്തലാക്കുകയും കൃഷിക്കാരെ ഫിനിക്സിലേക്കയക്കുകയും ചെയ്തു.

അതോടുകൂടി ഫിനിക്സ് 'ഇൻഡ്യൻ ഒപ്പിനിയനി'ലെ ജോലിക്കാർക്കു മാത്രമുള്ള ഒരു സ്ഥാപനമല്ലാതായിത്തീർന്നു. അതൊരു സത്യഗ്രഹ സ്ഥാപനമായി മാറി. ഇൻഡ്യൻ ഒപ്പിനിയന്റെ നിലനില്പുതന്നെ സത്യഗ്രഹത്തെ ആശ്രയിച്ചിരുന്നതുകൊണ്ടു് ഈ പരിണാമം പ്രതീക്ഷിക്കാമായിരുന്നതേയുള്ളൂ. എങ്കിലും അതു് ഒരു വലിയ മാററമായിരുന്നു. ഫിനിക്സിലെ താമസക്കാരുടെ അലംഭാവജീവിതത്തിനു് ഒരു ഇളക്കം തട്ടി. സത്യഗ്രഹികളോടൊപ്പം അവർക്കും ഇപ്പോരം അനിശ്ചിതത്വത്തിന്റെ നടുവിൽ നിശ്ചിതത്വം കണ്ടെത്തേണ്ടിവന്നു. അവർ അതിനു തയ്യാറായിരുന്നു. ടോരംസ്റ്റോയിഫാമിലെപ്പോലെ ഫിനിക്സിലും ഒരു പൊതുപാചകശാല ഞാൻ ഏർപ്പെടുത്തി. ചിലർ അതിൽ ചേർന്നു. അതേസമയം മററുള്ളവർ പ്രത്യേകമായി ഭക്ഷണം പാകംചെയ്തുവന്നു.

സായാഹ്നത്തിലെ ഈശ്വരപ്രാർത്ഥന ഞങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ ഒരു പ്രധാന പങ്കുവഹിച്ചിരുന്നു. 1913—ൽ ഫിനിക്സ് ആശ്രമവാസികളാണു് അവസാനത്തെ സത്യഗ്രഹപ്രസ്ഥാനം

തുടങ്ങിയതു്. 1914—ൽ ആ സമരം അവസാനിച്ചു. ആ വർഷം ജൂലൈ മാസത്തിൽ ഞാൻ ദക്ഷിണാഫ്റിക്കാ വിട്ടു. ഇന്ത്യയിലേക്കു് മടങ്ങിപ്പോകുവാനാഗ്രഹിക്കുന്ന ഫിനിക്സ് വാസികൾക്കെല്ലാം അതിനു സൗകര്യപ്പെടുത്തണമെന്നു് ഞങ്ങൾ തീരുമാനിച്ചിരുന്നു. ഇന്ത്യയിലേക്കു പോകുന്നതിനു മുൻപു് എനിക്കു് ഗോഖലയെ ഇംഗ്ളണ്ടിൽവച്ചു് കാണേണ്ടിയിരുന്നു. ഫിനിക്സിൽനിന്നു ഭാരതത്തിലേക്കു മടങ്ങുന്നവർക്കു് അവിടെ ഒരു പുതിയ സ്ഥാപനം ഉണ്ടാക്കുകയെന്നതായിരുന്നു ഉദ്ദേശ്യം; അങ്ങിനെ ആഫ്റിക്കയിൽ ആരംഭിച്ച സാമൂഹ്യജീവിതം ഭാരതത്തിൽ തുടരണം. 1915—ന്റെ ആരംഭത്തിൽത്തന്നെ ഒരു ആശ്രമം സ്ഥാപിക്കണമെന്നുള്ള ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടി ഞാൻ ഭാരതത്തിലെത്തി. അപ്പോഴും അതിനു് ആ പേരാണു് ഞാൻ ഇടുകയെന്ന അറിവു് എനിക്കില്ലായിരുന്നു.

ഒരു കൊല്ലം ഞാൻ ഭാരതത്തിന്റെ നാനാഭാഗങ്ങളിലും സഞ്ചരിച്ചു. ഞാൻ സന്ദർശിച്ച ചില സ്ഥാപനങ്ങളിൽനിന്നു ഞാൻ പലതും പുതുതായി ഗ്രഹിച്ചു. പല പട്ടണങ്ങളിൽനിന്നു് അവയുടെ സമീപസ്ഥലത്തു് ആശ്രമം സ്ഥാപിക്കുവാനുള്ള ക്ഷണവും, പലവിധത്തിലുള്ള സഹായങ്ങൾ ചെയ്തുതരാമെന്നുള്ള വാഗ്ദാനങ്ങളും ലഭിച്ചു. അവസാനം അഹമ്മദ്ബാദ് തെരഞ്ഞെടുത്തു. ഇതായിരുന്നു നാലാമത്തെ—അവസാനത്തേതെന്നുകൂടി ഞാൻ സങ്കൽപ്പിക്കുന്ന പടി. അതു് അവസാനത്തേതു് ആയിരിക്കുമോ ഇല്ലയോ എന്നുള്ളതു് ദീർഘദർശനം ചെയ്യുക സാധ്യമല്ലാത്ത ഒരു കാര്യമാണു്. പുതിയ സ്ഥാപനത്തിന്റെ പേരു് എന്തായിരിക്കണം? അതിന്റെ ചട്ടങ്ങളും നിബന്ധനകളും എന്തൊക്കെയായിരിക്കണം? ഇക്കാര്യങ്ങളെപ്പററി ഞാൻ സ്നേഹിതന്മാരുമായി പൂർണമായി ചർച്ചചെയ്യുകയും എഴുത്തുകുത്തുകൾ നടത്തുകയും ചെയ്തു. തൽഫലമായി ഈ സ്ഥാപനത്തിനു സത്യഗ്രഹാശ്രമമെന്നു് പേരിടുവാൻ നിശ്ചയിച്ചു. ആശ്രമത്തിന്റെ ഉദ്ദേശ്യം കണക്കാക്കിയാൽ, അതു് ഏററവും പററിയ പേരാണു്. എന്റെ ജീവിതം സത്യാന്വേഷണത്തിനുവേണ്ടി സമർപ്പിക്കപ്പെട്ടതാണു്. അതിനുവേണ്ടി ഞാൻ ജീവിക്കുകയും വേണ്ടിവന്നാൽ മരിക്കുകയും ചെയ്യും. ഈ തീർത്ഥയാത്രയിൽ ലഭിക്കുന്നിടത്തോളം യാത്രക്കാരെ ഞാൻ കൂടെ കൊണ്ടുപോകുകയും ചെയ്യും.

1915 മെയ് മാസം 25—ാം തീയതി കൊച്ച്റാബിൽ (Kochrab) ഒരു വാടകക്കെട്ടിടത്തിൽ ആശ്രമം സ്ഥാപിച്ചു. അഹമ്മദബാദിലെ കുറെ പൗരന്മാർ അതിനുവേണ്ട ധനസഹായം വാഗ്ദാനംചെയ്തു. ആദ്യം ഏകദേശം ഇരുപതു് അന്തേവാസികൾ ഉണ്ടായിരുന്നു. മിക്കവരും തെക്കേ ആഫ്രിക്കയിൽനിന്നു വന്നവരും, തമിഴോ തെലുങ്കോ സംസാരിക്കുന്നവരുമായിരുന്നു.

ഇക്കാലത്തു് ആശ്രമത്തിലെ പ്രധാനപരിപാടി സംസ്കൃതം ഹിന്ദി, തമിഴ് ഇവ പ്രായഭേദമെന്യേ ആശ്രമവാസികളെ പഠിപ്പി

ക്കുകയായിരുന്നു. അവർക്കു സാമാന്യവിജ്ഞാനവും പ്രദാനം ചെയ്യുവന്നു. അവിടത്തെ പ്രധാനവ്യവസായം കൈത്തറിയും, അതിനുവേണ്ട മരപ്പണിയുമായിരുന്നു. ദാസ്യവൃത്തിക്കു പ്രത്യേകമായി ആരെയും നിയോഗിച്ചിരുന്നില്ല. അതിനാൽ ഭക്ഷണം പാകംചെയ്യുക, ശുചീകരണം, വെള്ളംകോരുക മുതലായ കൃത്യങ്ങൾ ആശ്രമവാസികൾതന്നെ ചെയ്യുവന്നു. സത്യവും മററു ആചാരങ്ങളും* എല്ലാവർക്കും നിർബന്ധമായിരുന്നു. ജാതി വ്യത്യാസം ആചരിച്ചിരുന്നില്ല. അയിത്തത്തിനു് ആശ്രമത്തിൽ സ്ഥാനമില്ലായിരുന്നു. എന്നുതന്നെയല്ല, ഹിന്ദുസമുദായത്തിൽനിന്നുള്ള അയിത്തോച്ചാടനം ഞങ്ങളുടെ ഒരു പ്രധാന ഉദ്ദേശ്യവുമായിരുന്നു. ആശ്രമത്തിലെ സ്ത്രീകളെ ആചാരനിഷ്ഠമായ ചില ബന്ധനങ്ങളിൽനിന്നു മോചിപ്പിക്കുന്നതിനു് ആദ്യംമുതലെ പ്രത്യേകം നിഷ്കർഷിച്ചിരുന്നു. തന്മൂലം അവർ പൂർണസ്വാതന്ത്ര്യം അനുഭവിച്ചുവരുന്നു. ഒരു പ്രത്യേക മതവിഭാഗത്തിൽപ്പെട്ടവർ സ്വമതക്കാരോടുള്ള അതേ മനോഭാവംതന്നെ അന്യമതക്കാരോടും പ്രദർശിപ്പിക്കണമെന്നുള്ളതും ആശ്രമത്തിലെ നിബന്ധനയായിരുന്നു.

ഒരു പ്രത്യേകസംഗതിക്കു ഞാനായിരുന്നു തികച്ചും ഉത്തരവാദി. അതിനു ഞാൻ പശ്ചാത്യലോകത്തോടു കടപ്പെട്ടുവരുമാണു്. 1888—ൽ ഇംഗ്ളണ്ടിലേക്കു പഠിക്കാൻപോയ കാലത്തു് ആരംഭിച്ച ആഹാരപരീക്ഷണങ്ങളാണു് ഞാൻ സൂചിപ്പിക്കുന്നതു്. അതിൽ പങ്കെടുക്കുന്നതിനു് എൻെറ കുടുംബാംഗങ്ങളെയും സഹപ്രവർത്തകരേയും ക്ഷണിക്കുക പതിവായിരുന്നു. ഈ പരീക്ഷണങ്ങൾക്കു് മൂന്നു ലക്ഷ്യങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നു:

അതായതു്: (1) സാമാന്യമായ ആത്മനിയന്ത്രണത്തിൻെറ ഒരു ഭാഗമായി രസനയുടെ നിയന്ത്രണം സാധിക്കുക.

(2) ഏതു ഭക്ഷണക്രമമാണു് ഏററവും ലളിതവും ഏററവും വിലകുറഞ്ഞതുമെന്നു കണ്ടുപിടിച്ചു് അതു സ്വീകരിച്ച ദരിദ്രരുമായി അഭേദാവസ്ഥയിലെത്തുക.

(3) ആരോഗ്യം ഏറെക്കുറെ ശരിയായ ഭക്ഷണരീതിയെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നതിനാൽ, പൂർണാരോഗ്യത്തിനു പററിയ ഒരു ഭക്ഷണരീതി കണ്ടുപിടിക്കുക.

ഇംഗ്ളണ്ടിൽവച്ചു് ഒരു സസ്യഭുക്കായിരിക്കാമെന്നു ഞാൻ വ്രതമെടുത്തില്ലായിരുന്നെങ്കിൽ, ഒരുപക്ഷേ, ഭക്ഷണക്രമത്തിലുള്ള എൻെറ ഈ പരീക്ഷണങ്ങൾ ഞാൻ ഒരിക്കലും ഏറെറടുക്കുകയില്ലായിരുന്നു. എന്നാൽ പരീക്ഷണങ്ങൾ തുടങ്ങിക്കഴിഞ്ഞപ്പോഴേക്കു് ഈ മൂന്നു ലക്ഷ്യങ്ങളും കൂടുതൽ ദീർഘഘട്ടങ്ങളിലേക്കു് എന്നെ ആന

* 1) സത്യം. 2) അഹിംസ. 3) ബ്രഹ്മചര്യം. 4) രസ്നയുടെ നിയന്ത്രണം. 5) അസ്തേയം. 6) അപരിഗ്രഹം. 7) ദേഹാദ്ധ്വാനം. 8) സ്വദേശി. 9) ഭയരാഹിത്യം. 10) അയിത്തോച്ചാടനം. 11) മതസഹിഷ്ണുത. ഇത്രയുമാകുന്നു ആശ്രമത്തിലെ ആചരണങ്ങൾ.

യിച്ചു. വിവിധപരീക്ഷണങ്ങൾ എനിക്കു നടത്തേണ്ടിവന്നു. ആശ്രമശിക്ഷണത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗമല്ലായിരുന്നു ഈ പരീക്ഷണങ്ങൾ. എങ്കിലും, ആശ്രമവും ഈ സംരംഭത്തിൽ എന്നോടു ചേർന്നു.

നമ്മുടെ ദേശീയജീവിതത്തിൽ ഉണ്ടെന്നു കണ്ട ചില ന്യൂനതകൾ, ധാർമികവും സാമ്പത്തികവും രാഷ്ട്രീയവുമായ നിലപാടിൽ നിന്നുകൊണ്ട്, പരിഹരിക്കുന്നതിലാണ് ആശ്രമം ഏർപ്പെട്ടതെന്ന് ഇതിനകം വായനക്കാർക്കു മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിഞ്ഞിരിക്കണം. പുതിയ അനുഭവം ഞങ്ങൾക്കുണ്ടായപ്പോൾ പുതിയ പ്രവൃത്തിപദ്ധതികളിൽ ഞങ്ങൾ ഏർപ്പെട്ടു. ആശ്രമം അതിനു കഴിയുന്ന എല്ലാ* പരിപാടികളും ചെയ്യുന്നുണ്ട് എന്ന് എനിക്കിപ്പോഴും തീർത്തുപറക സാദ്ധ്യമല്ല. രണ്ടു പരിമിതികൾ എന്നുമുണ്ട്. ഒന്നാമതായി ഉള്ളതുകൊണ്ടു കാര്യം നടത്തേണ്ടിയിരുന്നു. അതായതു്, പ്രത്യേകിച്ചു ശ്രമമൊന്നും ചെയ്യാതെതന്നെ ഞങ്ങളുടെ സുഹൃത്തുക്കളിൽനിന്ന് ലഭിക്കുന്ന സംഭാവനകൾകൊണ്ടു മാത്രം കഴിയേണ്ടിയിരുന്നു. രണ്ടാമത്തേതു്, പുതിയ പ്രവർത്തനമണ്ഡലങ്ങൾ ഞങ്ങൾ അന്വേഷിച്ചുപോകുവാൻ പാടില്ലായിരുന്നു. നേരേമറിച്ചു സ്വാഭാവികമായി എന്തെങ്കിലും പ്രവർത്തനം ഞങ്ങൾക്കു ചെയ്യേണ്ടതായി തോന്നിയാൽ, ചെലവെന്തെന്നു പരിഗണിക്കാതെ ഞങ്ങൾ അതേറെറടുക്കേണ്ടിയിരുന്നു.

ഇവ രണ്ടും ഒരു അദ്ധ്യാത്മികചിന്താഗതിയിൽനിന്നു് ഉൽഭവിക്കുന്നതാണ്. ഈശ്വരനിൽ വിശ്വസിച്ചു്, അദ്ദേഹത്തെ ആശ്രയിച്ചു്, അദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രേരണയ്ക്കനുസരണമായി സകലതും ചെയ്യുകയെന്നതാണ് ഈ തത്ത്വം. മതാനുസാരിയായ മനുഷ്യൻ ഈശ്വരകല്പിതങ്ങളായ അത്തരം പ്രവൃത്തികൾ, അവന്റെ കൈയിൽ ഈശ്വരൻ ഏൽപ്പിക്കുന്ന വിഭവങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചു്, ചെയ്യുന്നു. താൻ സ്വയം എന്തെങ്കിലും പ്രവർത്തിക്കുന്നതായി ഈശ്വരൻ വെളിപ്പെടുത്താറില്ല. ഈശ്വരനാൽ പ്രചോദിതരായ മനുഷ്യർ മുഖാന്തരം അദ്ദേഹം തന്റെ ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ സാധിക്കുന്നു. പലപ്പോഴും ഉദ്ദേശിക്കാത്ത സ്ഥാനങ്ങളിൽനിന്നും, ആവശ്യപ്പെടാത്ത സുഹൃത്തുക്കളിൽനിന്നും എനിക്കു സഹായം ലഭിച്ചിരുന്നു. അപ്പോഴെല്ലാം അതു് ഈശ്വരൻ അയച്ചുതന്നതാണെന്നു കരുതാൻ എന്റെ വിശ്വാസം എന്നെ പ്രേരിപ്പിച്ചു. അപ്രകാരംതന്നെ ചില പരിപാടികൾ ഞങ്ങൾ അന്വേഷിക്കാതെ വന്നുചേരുകയും, അവ ഏറെറടുക്കാതിരിക്കുന്നതു തനി അലസതയോ ഭീരുത്വമോ ആയിരിക്കുമെന്നു വരികയും ചെയ്യുമ്പോൾ, അതും ദൈവകൽപ്പിതമാണെന്നു് എനിക്കു തോന്നി.

---

* നമസ്കാരം ശുചീകരണപ്രവൃത്തികൾ, നൂൽനൂൽപ്പ്, കൃഷി, ക്ഷീരവ്യവസായം. തോൽവ്യവസായം, ദേശീയ വിദ്യാഭ്യാസം, കച്ച് സാങ്കേതികസ്ക്കൂൾ, ഇവയായിരുന്നു ആശ്രമത്തിലെ പ്രധാനപരിപാടികൾ.

ഭൗതികമായ വിഭവങ്ങൾക്കും, പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കും ബാധകമായ ഇതേ പ്രമാണമാണ് എന്റെ സഹപ്രവർത്തകർക്കും ബാധകമായിരുന്നതു്. നമുക്കു പണമുണ്ടായിരിക്കാം, അതുപയോഗിക്കേണ്ട രീതിയും അറിയാമായിരിക്കാം. എങ്കിലും സഹപ്രവർത്തകരെ കൂടാതെ യാതൊന്നും ചെയ്യാൻ സാധിക്കുകയില്ല. അന്വേഷിക്കാതെ തന്നെയാണു സഹപ്രവർത്തകരെ ലഭിക്കേണ്ടതു്. ഞങ്ങളുടെ ആശ്രമം ഈശ്വരന്റേതാണെന്നു് ഞങ്ങൾക്കു സജീവമായ വിശ്വാസമുണ്ടായിരുന്നു. അതു് ഒരു സങ്കല്പം മാത്രമല്ലായിരുന്നു. അതുകൊണ്ടു്, ഏതെങ്കിലും പ്രവർത്തനത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ ആശ്രമത്തെ തന്റെ ഉപകരണമാക്കാൻ ഈശ്വരൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെങ്കിൽ, അതിനാവശ്യമായ ആളുകളെയും ഉപകരണങ്ങളും ആശ്രമത്തിനു നൽകേണ്ടതു് ഈശ്വരൻ മാത്രമാണു്. ബോധപൂർവമായാലും അല്ലെങ്കിലും, ഏറെക്കുറെ ഈ പ്രമാണങ്ങളനുസരിച്ചാണു് ഫിനിക്സ്, ടോൾസ്റ്റോയിഫാം, സബർമതി ആശ്രമം എന്നിവ നടത്തിയിട്ടുള്ളതു്. ആശ്രമനിയമങ്ങൾ ആരംഭത്തിൽ അല്പം അയവോടുകൂടി മാത്രമേ പാലിച്ചിരുന്നുള്ളു. എന്നാൽ ദിവസങ്ങൾ കഴിയുന്തോറും അവ കൂടുതൽ നിഷ്കർഷതയോടെ പാലിച്ചുവന്നു.

കുറച്ചു മാസങ്ങൾക്കുള്ളിൽ ആശ്രമവാസികളുടെ സംഖ്യ ഇരട്ടിച്ചു. കൊച്റാബ് ബംഗ്ളാവാണെങ്കിൽ ഒരു ആശ്രമത്തിനു തീരെ പററിയതുമല്ലായിരുന്നു. ഒരു ധനികകുടുംബത്തിനു് വേണ്ട താമസസൗകര്യം ഉണ്ടായിരുന്നെങ്കിലും വിവിധവൃത്തികളിലേർപ്പെടുന്നവരും ബ്രഹ്മചര്യം മുതലായ വ്രതാനുഷ്ഠാനങ്ങൾ ഉള്ളവരുമായ അറുപതോളം സ്ത്രീപുരുഷന്മാർക്കും കുട്ടികൾക്കും ആ ബംഗ്ളാവു് തീരെ പോരായിരുന്നു. എങ്കിലും ഉള്ള കെട്ടിടംകൊണ്ടു തന്നെ ഞങ്ങൾക്കു കഴിയേണ്ടിയിരുന്നു. എന്നാൽ, അധികം താമസിയാതെ പല കാരണങ്ങൾകൊണ്ടും അവിടെ താമസിക്കുന്നതു് അസാദ്ധ്യമായിത്തീർന്നു. ഈശ്വരനു് ഞങ്ങളെ അവിടെനിന്നു കുടിയിറക്കണമെന്നുണ്ടായിരുന്നു എന്നു തോന്നുമാറു് ഞങ്ങൾക്കു് ആ കെട്ടിടം ഉപേക്ഷിച്ചു് വേറെ സ്ഥലവും കെട്ടിടവും അന്വേഷിച്ചു് ഉടൻതന്നെ പോകേണ്ടിവന്നു. ഈ സംഭവങ്ങളെപ്പററി കൂടുതലായി അറിയാനാഗ്രഹിക്കുന്നവർ എന്റെ ആത്മകഥ* പരിശോധിച്ചാൽ മതിയാകും. ഞങ്ങൾ സബർമതിയിലേക്കു മാറിയപ്പോൾ, കൊച്റാബ് ആശ്രമത്തിലുണ്ടായിരുന്ന ഒരു ന്യൂനത പരിഹൃതമായി. പച്ചക്കറിത്തോട്ടവും, കൃഷിസ്ഥലവും കന്നുകാലികളുമില്ലാത്ത ഒരു ആശ്രമത്തിനു് പൂർണതയില്ല. സബർമതിയിൽ കൃഷിക്കനുയോജ്യമായ സ്ഥലമുണ്ടായിരുന്നതുകൊണ്ടു്, ഞങ്ങൾ ഉടൻതന്നെ കൃഷി തുടങ്ങി.

---

* An Autobiography, part V, ch. 21

ബി. സേവാഗ്രാം ആശ്രമത്തിലെ നിബന്ധനകൾ

2

ശരിയായി ക്രമീകരിക്കപ്പെട്ട ഒരു ആശ്രമജീവിതത്തിന് അത്യാവശ്യവും കീഴ്‌വഴക്കംകൊണ്ട് അനുമാനിക്കാവുന്നവയുമായ നിബന്ധനകൾ താഴെ പറയുന്നവയാണ്.

എല്ലാ അംഗങ്ങളും സ്ഥിരാംഗങ്ങളായാലും അല്ലെങ്കിലും അവരുടെ ഓരോ നിമിഷവും ശരിയായി വിനിയോഗിക്കണം. ആശ്രമത്തിലെ എല്ലാ കൂട്ടുപ്രവർത്തനത്തിലും അവർ പങ്കെടുക്കണം. ആശ്രമജോലി ഇല്ലാത്ത അവസരങ്ങളിൽ അവർ നൂൽ നൂൽക്കുകയോ പരുത്തിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട എന്തെങ്കിലും ജോലിയിൽ ഏർപ്പെട്ടിരിക്കയോ വേണം. അവർ തങ്ങളുടെ സ്വന്തം പാഠങ്ങൾ രാത്രി 8 മണിമുതൽ 9 മണിവരെയോ പകൽ (ഒരു മണിക്കൂറിൽ കുറയാതെ നൂൽ നൂററു കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ) വേറെ ആശ്രമജോലിയൊന്നുമില്ലാത്ത സമയത്തോ പഠിക്കണം.

രോഗബാധിതരായിരിക്കുമ്പോഴോ നിയന്ത്രണത്തിനു വിധേയമല്ലാത്ത പരിതഃസ്ഥിതികളാൽ നിവൃത്തിയില്ലാത്ത സമയത്തോ ഒരാൾക്കു നൂൽ നൂൽക്കാതിരിക്കാം.

ഉച്ചത്തിലുള്ള സംസാരവും അലസസംഭാഷണവും അനുവദനീയമല്ല. പൂർണ്ണസമാധാനത്തിന്റെയും സത്യത്തിന്റെയും മുദ്ര ആശ്രമത്തിൽ വിളങ്ങണം. ആശ്രമാംഗങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള ബന്ധം സ്നേഹം നിറഞ്ഞതും സംയമപൂർവവും ആയിരിക്കണം. അതിഥികളോടും സന്ദർശകരോടും ഉള്ള ബന്ധം ഉപചാരപൂർവ്വവും ആയിരിക്കണം. ഒരു സന്ദർശകൻ ജീർണവസ്ത്രം ധരിച്ചിരുന്നാലും ശരി വിലപിടിച്ച വസ്ത്രങ്ങൾ ധരിച്ചിരുന്നാലും ശരി, നാം ഒരേ ആദരവോടുകൂടി അയാളോടു പെരുമാറണം. ധനികരോടും ദരിദ്രരോടും പ്രഭുവിനോടും സാധാരണക്കാരനോടും നാം യാതൊരു വ്യത്യാസവും കാണിക്കരുത്. സുഭിക്ഷതയിൽ ജീവിതം നയിച്ച ഒരു അതിഥി നമ്മെപ്പോലെ ഒരു ലളിതജീവിതം നയിക്കണമെന്നു പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതിനർത്ഥമില്ല. അതായതു് അതിഥികളെ സൽക്കരിക്കുമ്പോൾ നാം എപ്പോഴും അവരുടെ സാധാരണജീവിതരീതി കണക്കിലെടുക്കണം. ഇതാണു ശരിയായ ഉപചാരം. അപരിചിതനായ ഒരു സന്ദർശകൻ ആശ്രമത്തിൽ വരികയാണെങ്കിൽ നാം അദ്ദേഹത്തിന്റെ സന്ദർശനോദ്ദേശ്യം ആരായുകയും ആവശ്യമെങ്കിൽ അദ്ദേഹത്തെ മാനേജരുടെ അടുത്തേക്കു കൊണ്ടുപോകുകയും ചെയ്യണം.

---

2. Ashram Observances in Action, (1932) pp. 147–150

നമ്മുടെ ഓരോ വാക്കും പ്രവൃത്തിയും സുചിന്തിതമായിരിക്കണം. നാം ചെയ്യുന്നതെന്തും പൂർണമനസ്സോടും ആ പ്രവൃത്തിയിൽ പൂർണമായി ലയിച്ചുകൊണ്ടും ചെയ്യണം. ഉദാഹരണമായി ഭക്ഷണം കഴിക്കുമ്പോഴും കറിക്കു കഷണം നുറുക്കുമ്പോഴും നാം സംസാരിക്കരുത്. ശരിയായ സംയമത്തോടുകൂടിയും സേവനത്തിനുള്ള ഉചിതമായ ഒരുപകരണമെന്ന നിലയിൽ ശരീരത്തെ നിലനിർത്താൻ മാത്രമായും മരുന്നു കഴിക്കുന്നതു പോലെ നാം ഭക്ഷണം കഴിക്കണം. അതുകൊണ്ടു മിതമായി മാത്രം ഭക്ഷിക്കയും കിട്ടുന്ന ഭക്ഷണം കൊണ്ടു തൃപ്തിപ്പെടുകയും വേണം. ആഹാരസാധനങ്ങൾ വേകാതിരിക്കുകയോ ചീയുകയോ ചെയ്തിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ ഭക്ഷണസമയത്ത് അതെപ്പററി പറയാതെ പിന്നീട് അതിനു ചുമതലപ്പെട്ടവരോടു പറയാവുന്നതാണ്. ശരിയായും പൂർണമായും പാകം ചെയ്യാത്ത സാധനങ്ങൾ ഭക്ഷിക്കരുത്.

ഭക്ഷണം കഴിക്കുമ്പോൾ ചുണ്ടു നനക്കരുത്. വൃത്തിയായും ഭംഗിയായും സാവധാനത്തിലും ഈശ്വരനെ കൃതജ്ഞതാപൂർവം സ്മരിച്ചുകൊണ്ടും ആഹാരം കഴിക്കണം.

ഓരോരുത്തരും അവരവരുടെ പാത്രം കഴുകി യഥാസ്ഥാനം വയ്ക്കണം.

അതിഥികളും, സന്ദർശകരും അവരവക്കാവശ്യമുള്ള തളികകളും കൂജയും കോപ്പയും തവിയും റാന്തൽവിളക്കും കിടക്കയും കൊതുകുവലയും തുവർത്തുകളും കൊണ്ടുവരേണ്ടതാണെന്ന് അപേക്ഷിക്കാറുണ്ട്. അവക്ക് ആവശ്യത്തിലധികം വസ്ത്രങ്ങൾ പാടില്ല. അവരുടെ വസ്ത്രങ്ങൾ ഖാദിയായിരിക്കണം. മററു സാധനങ്ങൾ നിവൃത്തിയുള്ളിടത്തോളം ഗ്രാമത്തിൽ ഉണ്ടാക്കിയതോ സ്വദേശിയെങ്കിലുമോ ആയിരിക്കണം.

ഓരോ സാധനവും യഥാസ്ഥാനം വയ്ക്കണം. ചവറെല്ലാം ചവററുകുട്ടയിൽ ഇടണം.

വെള്ളം ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തരുത്. കുടിക്കാൻ തിളപ്പിച്ച വെള്ളം ഉപയോഗിക്കണം. പാകം ചെയ്യുന്ന പാത്രങ്ങൾ ഒടുവിൽ തിളച്ച വെള്ളത്തിൽ കഴുകണം. ആശ്രമത്തിലെ കിണററുവെള്ളം തിളപ്പിക്കാതെ കുടിക്കുന്നതു ആപൽക്കരമാണ്. തിളപ്പിക്കുന്ന വെള്ളവും ചൂടുവെള്ളവും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം മനസ്സിലാക്കേണ്ടതാണ്. പരിപ്പുവർഗങ്ങൾ വേവിക്കുന്നതും ധാരാളം ആവി പുറപ്പെടുവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതുമാണു തിളയ്ക്കുന്ന വെള്ളം. തിളയ്ക്കുന്ന വെള്ളം ആക്കും കുടിക്കുന്നതിനു സാധിക്കുകയില്ല.

തെരുവിൽ തുപ്പുകയോ മൂക്കു ചീററുകയോ ചെയ്യരുത്. ആൾസഞ്ചാരമില്ലാത്ത ഒഴിഞ്ഞ സ്ഥാനത്തു മാറിയാവക കൃത്യങ്ങൾ ചെയ്യണം. മലമൂത്രവിസർജ്ജനങ്ങൾ അതിനായുള്ള പ്രത്യേക സ്ഥാനങ്ങളിൽത്തന്നെ നടത്തണം. മലവിസർജനത്തിനുശേഷവും മൂത്രവി

സർജനത്തിനുശേഷവും ശരീരം വൃത്തിയാക്കുകയും ചെയ്യണം. മലവിസർജനത്തിനുള്ള പാത്രം അതെല്ലായ്പോഴും ആയിരിക്കേണ്ടതുപോലെ മൂത്രവിസർജനത്തിനുള്ള പാത്രത്തിൽനിന്നു വ്യത്യസ്തമായിരിക്കണം. മലവിസർജനം കഴിഞ്ഞാൽ മണ്ണുകൊണ്ടും വെള്ളംകൊണ്ടും കൈ വെടിപ്പാക്കി വൃത്തിയുള്ള ഒരു തുവാലകൊണ്ടു തോർത്തണം. ഈച്ച വന്നിരിക്കാതെ കഴിക്കാനായി മലം പുറത്തു കാണാത്തവണ്ണം ഉണങ്ങിയ മണ്ണുകൊണ്ടു മുഴുവനും മൂടണം. ഉണങ്ങിയ മണ്ണല്ലാതെ ഒന്നും പുറത്തു കാണരുതു്.

കക്കൂസിലെ ഇരുപ്പിടത്തിൽ അതു വൃത്തികേടാകാത്തവിധത്തിൽ ഇരിക്കണം. ഇരുട്ടാണെങ്കിൽ ഒരു റാന്തൽകൂടി കൊണ്ടുപോകണം.

ഈച്ചയെ ആകർഷിക്കാനിടയുള്ള ഏതു സാധനവും വൃത്തിയായി മൂടണം.

പല്ലു തേക്കുന്നതു ശ്രദ്ധയോടും അതിനായി നിശ്ചയിച്ച സ്ഥലത്തും ആയിരിക്കണം. പല്ലുതേക്കുന്ന കമ്പിന്റെ അററം ശരിയായി ചവച്ചു് ഒരു മൃദുവായ ബ്രഷ്പോലെ ആക്കി പല്ലും മോണയും ഇരുവശത്തോട്ടും വൃത്തിയായി തേക്കണം. അപ്പോഴുണ്ടാകുന്ന തുപ്പൽ തുപ്പിക്കളയണം. പിന്നീടു കമ്പു രണ്ടായി പിളർന്നു് അതുകൊണ്ടു് നാക്കു വൃത്തിയാക്കണം. പിന്നീടു വായും വൃത്തിയായി കഴുകണം. ആ കീറിയ കമ്പുകൾ നന്നായി കഴുകി ഒരു പാത്രത്തിൽ സൂക്ഷിക്കണം. ഉണങ്ങുമ്പോൾ അവ തീ പിടിപ്പിക്കുന്നതിനുപയോഗിക്കണം. ഉപയോഗിക്കാവുന്ന ഒരു സാധനവും നഷ്ടപ്പെടുത്തരുതെന്നാണു് ഇതിന്റെ അർത്ഥം.

മറുഭാഗത്തുപോലും എഴുതാൻ വയ്യാത്ത ഉപയോഗശൂന്യമായ കടലാസ് കത്തിച്ചുകളയണം; മറെറാന്നും അതിനോടു കൂട്ടിച്ചേർക്കരുതു്.

പച്ചക്കറിസാധനങ്ങളുടെ അവശിഷ്ടങ്ങൾ വേറെ സൂക്ഷിച്ചു് വളമാക്കിമാററണം.

ഉടഞ്ഞ കണ്ണാടിസാധനങ്ങൾ വീടുകളിൽനിന്നു്—അപകടമുണ്ടാകാത്തത്ര—ദൂരെ ഒരു കുഴിയിലേയ്ക്കിടണം.

അദ്ധ്യായം രണ്ട്

ഉത്പാദനക്ഷമമായ തൊഴിൽ

എ. ആഹാരത്തിനുവേണ്ടി അദ്ധ്വാനിക്കുകയെന്ന ആദർശം

1

ഓരോ സ്ത്രീയും പുരുഷനും ഉപജീവനത്തിനുവേണ്ടി ജോലി ചെയ്യണമെന്നാണ് ആശ്രമത്തിലെ പ്രമാണം. ടോൾസ്റ്റോയിയുടെ ഉപന്യാസങ്ങൾ വായിച്ചപ്പോഴാണ് എനിക്ക് ഈ തത്വം ബോദ്ധ്യപ്പെട്ടത്. റഷ്യൻ എഴുത്തുകാരനായ ബോൺഡാരെഫിനെക്കുറിച്ച് പരാമർശിച്ചുകൊണ്ട് ഉപജീവനത്തിനായി ദേഹാദ്ധ്വാനം ചെയ്യുകയെന്നത് അതിപ്രധാനമാണെന്ന അദ്ദേഹത്തിന്റെ കണ്ടുപിടിത്തം ആധുനിക കാലത്തെ ഏററവും പ്രശംസാർഹമായ കണ്ടുപിടുത്തങ്ങളിലൊന്നാണെന്ന ടോൾസ്റ്റോയ് അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. ആരോഗ്യമുള്ള ഓരോ വ്യക്തിയും സ്വന്തം ആഹാരത്തിനുവേണ്ടിടത്തോളം അദ്ധ്വാനിക്കയും അവന്റെ ബുദ്ധിപരമായ കഴിവുകൾ ഉപജീവനത്തിനോ ധനസമ്പാദനത്തിനോ ഉപയോഗിക്കാതെ മാനവസമുദായത്തിനു മാത്രമുപയോഗിക്കുകയും വേണം എന്നുള്ളതാണ് ആ ആശയം. ഈ തത്വം സർവത്ര അനുവർത്തിക്കപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ പട്ടിണി ഇല്ലാതാകുകയും സകല മനുഷ്യരും തുല്യരാകയും അനേകം പാപങ്ങളിൽനിന്നു ലോകം മുക്തമാകയും ചെയ്യും.

ലോകം മുഴവനും ഈ സുവർണനിയമം ഒരിക്കലും അനുസരിക്കയില്ലായിരിക്കാം. ദൗർബല്യങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നിട്ടു ലക്ഷക്കണക്കിനാളുകൾ അറിയാതെതന്നെ ഇതാചരിക്കുന്നുണ്ട്. പക്ഷേ അവരുടെ മനസ്സ് എതിർവഴിക്കു പ്രവർത്തിക്കുന്നതുകൊണ്ട് അവർ അസന്തുഷ്ടരായിരിക്കയും അവരുടെ അദ്ധ്വാനം വേണ്ടത്ര ഫലപ്പെടാതിരിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ആ തത്വം അറിയുകയും ആചരിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവർക്കു കാര്യങ്ങളുടെ ഈ നില ഒരു പ്രേരണയായി അനുഭവപ്പെടുന്നു. അതിനെ പൂർണമനസ്സോടെ അനുസരിക്കുന്നതുകൊണ്ട് അവർക്കു നല്ല ആരോഗ്യവും പൂർണമായ സമാധാനവും ലഭിക്കുന്നു; അവരുടെ സേവനത്തിനുള്ള പ്രാപ്തിയും വളരുന്നു.

ടോൾസ്റ്റോയ് എന്റെ മനസ്സിനെ അഗാധമായി സ്പർശിച്ചു. തെക്കെ ആഫ്രിക്കയിൽവച്ചുതന്നെ എന്റെ കഴിവിനൊത്ത

1 Ashram Obseravnces in Action (1932) pp. 60—66.

വണ്ണം ഈ പ്രമാണം ഞാൻ ആചരിച്ചുതുടങ്ങി. ആശ്രമം സ്ഥാപിച്ചുമുതൽ ഉപജീവനത്തിനുള്ള അദ്ധ്വാനം ഒരുപക്ഷേ അതിൻെറ ഏററവും പ്രധാനമായ സവിശേഷസ്വഭാവമായിരുന്നു.

എൻെറ അഭിപ്രായത്തിൽ ഗീതയുടെ മൂന്നാമദ്ധ്യായത്തിൽ ഇതേ തത്ത്വമാണ് പ്രതിപാദിച്ചിരിക്കുന്നത്. അതിൽ യജ്ഞം എന്നു പറഞ്ഞിരിക്കുന്നതു ദേഹാദ്ധ്വാനത്തെ ഉദ്ദേശിച്ചാണെന്നുവരെ ഞാൻ പറയുന്നില്ല. എന്നാൽ യജ്ഞത്തിൽനിന്നാണു മഴയുണ്ടാകുന്നതെന്നു ഗീത (ശ്ലോകം 14) പറയുമ്പോൾ, ദേഹാദ്ധ്വാനത്തിൻെറ ആവശ്യകതയാണ് അതു സൂചിപ്പിക്കുന്നതെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു. 'യജ്ഞശിഷ്ടം' (ശ്ലോകം 13) നമ്മുടെ നെററി വിയർപ്പിച്ചുകൊണ്ടു സമ്പാദിക്കുന്ന ആഹാരമാണ്. അത്യവശ്യംവേണ്ട ആഹാരത്തിനായി അദ്ധ്വാനിക്കുന്നതിനെ ഗീത 'യജ്ഞം' എന്നതിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു. ശരീരം നിലനിർത്തുന്നതിനു് ആവശ്യമുള്ളതിൽക്കൂടുതൽ ഭക്ഷിക്കുന്ന ആരും മോഷ്ടാവാണ്. നമ്മിൽ പലരും നമ്മുടെ നിലനില്പിനു് ആവശ്യമായത്ര അദ്ധ്വാനിക്കുന്നില്ല. അത്യാവശ്യത്തിലധികം യാതൊന്നും സ്വീകരിക്കുന്നതിനു് ഒരുത്തനുമർഹതയില്ലെന്നും അദ്ധ്വാനിക്കുന്ന ഓരോരുത്തനും ജീവിക്കുവാൻ മതിയായ വേതനത്തിനർഹതയുണ്ടെന്നും ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു.

ഇതിനു തൊഴിൽ വിഭജനം പാടില്ലെന്നർത്ഥമില്ല. മനുഷ്യൻെറ അത്യാവശ്യങ്ങൾ നിറവേററുന്നതിനു വേണ്ടുന്ന എല്ലാ വസ്തുക്കളുടെയും നിർമിതിക്കു ദേഹാദ്ധ്വാനം ആവശ്യമുണ്ട്. അതുകൊണ്ടു് അ പ്രകാരമുള്ള ഏതു് അദ്ധ്വാനവും ആഹാരത്തിനുള്ള അദ്ധ്വാനമായി വിചാരിക്കാം. പക്ഷേ നമ്മിൽ പലരും മേല്പറഞ്ഞ രീതിയിലുള്ള ദേഹാദ്ധ്വാനം ചെയ്യാത്തതുകൊണ്ടു് ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി നമുക്കു പ്രത്യേകം വ്യായാമം ചെയ്യേണ്ടിവരുന്നു. ദിനംതോറും പ്രഭാതംമുതൽ പ്രദോഷംവരെ വയലിൽ കൃഷിചെയ്യുന്ന ഒരു കർഷകനു മാംസപേശികൾക്കു ബലവും അയവും വരുത്തുന്ന വ്യായാമവും ശ്വാസോച്ഛ്വാസവ്യായാമവും ചെയ്യേണ്ട ആവശ്യമില്ല. അവൻ മററു് ആരോഗ്യനിയമങ്ങൾകൂടി ക്രമമായി പാലിക്കുമെങ്കിൽ ഒരിക്കലും രോഗഗ്രസ്തനാകുകയില്ല.

ഈശ്വരൻ അതതു സമയത്തു് അത്യാവശ്യമുള്ളതിൽ കൂടുതൽ ഒരിക്കലും സൃഷ്ടിക്കുന്നില്ല. അതിനാൽ ആവശ്യത്തിൽ കൂടുതൽ എടുക്കുന്നവൻ അയൽക്കാരനെ ദരിദ്രനാക്കുന്നു. ലോകത്തിൻെറ വിവിധ ഭാഗങ്ങളിലെ പട്ടിണിയുടെ കാരണം ആവശ്യത്തിൽ വളരെ കൂടുതൽ നാം പിടിച്ചെടുക്കുന്നതാണ്. പ്രകൃതിയുടെ ദാനങ്ങൾ നമുക്കിഷ്ടംപോലെ ഉപയോഗിക്കാം. പക്ഷേ അവളുടെ കണക്കു പുസ്തകങ്ങളിൽ ചെലവു് വരവിനോടു തുല്യമാണ്; രണ്ടു വശത്തും മിച്ചം ഒന്നുമില്ല.

കൃഷി യന്ത്രവത്കരിക്കുകയും, കൃത്രിമവളങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുകയും ചെയ്തുകൊണ്ട് ആളുകൾ വിളവു വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും, അതുപോലെതന്നെ വ്യവസായോത്പാദനം വിപുലമാക്കുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ടെന്ന വസ്തുത ഈ നിയമത്തെ അസാധുവാക്കുന്നില്ല. പ്രകൃതിയുടെ ശക്തിക്കു രൂപാന്തരം നല്കുന്നുവെന്നു മാത്രമേ ഇതിനർത്ഥമുള്ളൂ. നാം എത്രതന്നെ ശ്രമിച്ചാലും നീക്കിയിരുപ്പ് ഒന്നുമുണ്ടായിരിക്കില്ല.

അതെന്തുമാകട്ടെ, ആശ്രമത്തിൽ ആഹാരത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള അദ്ധ്വാനമാണ് ഏററവും നന്നായി ആചരിക്കപ്പെട്ടിരുന്നതു്. അതിൽ അതിശയിക്കാനൊന്നുമില്ല. സാധാരണ സൂക്ഷ്മതകൊണ്ടുതന്നെ അതു് എളുപ്പം സാധിക്കാം. പകൽ ദേഹാദ്ധ്വാനമല്ലാതെ മറെറാന്നും ചെയ്യാനില്ലാത്ത ചില മണിക്കൂറുകൾ ഉണ്ടു്. അതുകൊണ്ടു ജോലി ചെയ്യേണ്ടതായിത്തന്നെ വരുന്നു. അലസനോ അസമർത്ഥനോ അശ്രദ്ധനോ ആയാലും, ഒരു പ്രവർത്തകൻ അനേകം മണിക്കൂർനേരം അദ്ധ്വാനിക്കുന്നു. അതിനും പുറമെ ചില ജോലികൾ ഉടൻ ഫലം കാണിക്കുന്നവയാകയാൽ ഗണ്യമായ സമയം പാഴാക്കിക്കളയാൻ ഒരു പ്രവർത്തകനു പ്രയാസമായിരുന്നു. ദേഹാദ്ധ്വാനം പ്രധാനമായി കരുതുന്ന ഒരു സ്ഥാപനത്തിൽ ഭൃത്യന്മാർ ഏറെക്കുറെ ഇല്ലായിരിക്കും. വെള്ളം കോരുക, വിറകു കീറുക, വിളക്കു വൃത്തിയാക്കി എണ്ണ നിറയ്ക്കുക, ശുചീകരണം, തെരുവുകളും വീടുകളും അടിച്ചുവാരുക, വസ്ത്രം അലക്കുക, ഭക്ഷണം പാകം ചെയ്യുക—ഇവയെല്ലാം എന്നും ചെയ്യേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

ഇതിനുപുറമെ ഈ ആചരണങ്ങളുടെ ഫലമായും അവയുടെ പൂർത്തീകരണത്തിനുവേണ്ടിയും പല പ്രവൃത്തികളും ആശ്രമത്തിൽ നടന്നുവരുന്നുണ്ടു്. കൃഷി, ക്ഷീരവ്യവസായം, നെയ്ത്തു്, മരപ്പണി, തോൽ ഊറയ്ക്കിടൽ തുടങ്ങിയ ഈ ജോലികളിൽ ആശ്രമത്തിലെ അനേകം അംഗങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടിയിരുന്നു.

ഈ പ്രവർത്തനങ്ങളെല്ലാം ആഹാരത്തിനുവേണ്ടി അദ്ധ്വാനിക്കുകയെന്ന വ്രതാചരണത്തിനു മതിയായതായി പരിഗണിക്കാം. എന്നാൽ യജ്ഞത്തിൻെറ മറെറാരു പ്രധാന സ്വഭാവം മററുള്ളവരെ സേവിക്കുകയെന്നതാണ്. ഈ സേവനത്തിൻെറ കാര്യത്തിൽ ആശ്രമം കുറച്ചു പിന്നോക്കമായിരിക്കാം. സേവനത്തിനുവേണ്ടി ജീവിക്കുക എന്നതാണ് ആശ്രമത്തിൻെറ ആദർശം. അങ്ങനെയുള്ള ഒരു സ്ഥാപനത്തിൽ അലസതയ്ക്കോ കൃത്യവിലോപനത്തിനോ സ്ഥാനമില്ല. തികഞ്ഞ സന്മനസ്സോടുകൂടി ഏതു കൃത്യവും നിർവഹിക്കണം. ഈ ആദർശത്തിനനുസരണമായി പ്രവർത്തിച്ചിരുന്നുവെങ്കിൽ ആശ്രമത്തിലെ സേവനം ഇന്നത്തേക്കാൾ കൂടുതൽ ഫലപ്രദമാകുമായിരുന്നു. എന്നാൽ നാം ഇപ്പോഴും അത്തരം സന്തോഷാവസ്ഥയിൽ

നിന്നു വളരെ ദൂരെയാണു്. അതിനാൽ ആശ്രമത്തിലെ ഓരോ പ്രവൎത്തനവും യജ്ഞത്തിൻെറ സ്വഭാവമുള്ളതാണെങ്കിലും ദരിദ്രനാരായണനായി അവതാരം ചെയ്ത ഈശ്വരൻെറ നാമത്തിൽ എല്ലാവരും ഒരു മണിക്കൂറെങ്കിലും നൂൽ നൂൽക്കണമെന്നു നിർബന്ധമാണു്.

ദേഹാദ്ധ്വാനത്തിനു പ്രഥമ സ്ഥാനം നല്കുന്ന ആശ്രമംപോലുള്ള ഒരു സ്ഥാപനത്തിൽ ബുദ്ധിവികസനത്തിനു് അവസരമില്ലെന്നു് ആളുകൾ മിക്കപ്പോഴും പറയാറുണ്ടു്. എന്നാൽ എൻെറ അനുഭവം നേരെമറിച്ചാണു്. ആശ്രമത്തിൽ വന്നിട്ടുള്ളവരെല്ലാംതന്നെ ബുദ്ധിപരമായി അഭിവൃദ്ധിപ്പെട്ടിട്ടുണ്ടു്. ആശ്രമവാസംമൂലം ആൎക്കെങ്കിലും ബുദ്ധിക്ഷയമുണ്ടായതായി എൻെറ അറിവിൽ പെട്ടിട്ടില്ല.

പ്രപഞ്ചത്തെപ്പററിയുള്ള വസ്തുതകളുടെ ജ്ഞാനമാണു പലപ്പോഴും ബുദ്ധിവികസനമായി നാം കരുതുന്നതു്. അപ്രകാരമുള്ള ജ്ഞാനം ആശ്രമത്തിലെ വിദ്യാർത്ഥികൾക്കു്, കഷ്ടപ്പെട്ടു നല്ലുന്നില്ലെന്നു ഞാൻ തുറന്നു സമ്മതിക്കുന്നു. എന്നാൽ ബുദ്ധിവികസനംകൊണ്ടു് അർത്ഥമാകുന്നതു ധാരണാശക്തിയും, വിവേചനബുദ്ധിയും ആണെങ്കിൽ, ആശ്രമത്തിൽ അതു ലഭിക്കുന്നതിനു വേണ്ടത്ര സൗകര്യമുണ്ടു്. പ്രതിഫലത്തിനുവേണ്ടി മാത്രം ദേഹാദ്ധ്വാനം ചെയ്യുന്ന സ്ഥലത്തു് ജോലിക്കാരൻ മന്ദബുദ്ധിയും ഉദാസീനനുമായിത്തീരും. എങ്ങനെ എന്തിനുവേണ്ടിയാണു കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുന്നതെന്നു് അവനോടു് ആരും പറയുന്നില്ല. അവനുതന്നെ ആ ജിജ്ഞാസയില്ല; ആ ജോലിയിൽ താത്പര്യവും ഇല്ല. എന്നാൽ ആശ്രമത്തിൽ ഇങ്ങനെയല്ല. ശുചീകരണം ഉൾപ്പെടെയുള്ള സകല പ്രവൃത്തികളും ഉത്സാഹത്തോടും, ബുദ്ധിയോടും, ഈശ്വരസ്നേഹത്തിനുവേണ്ടിയും ചെയ്യണം. അങ്ങനെ ആശ്രമത്തിലെ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ സകല വകുപ്പുകളിലും ബുദ്ധിവികസനത്തിനു വേണ്ട അവസരമുണ്ടു്. അവരവരുടെ വിഷയത്തിൽ പരിപൂർണജ്ഞാനം സമ്പാദിക്കുന്നതിനു് ഓരോരുത്തർക്കും പ്രോത്സാഹനം ലഭിക്കുന്നു, ആരെങ്കിലും ഇങ്ങനെ ചെയ്യുന്നതിൽ ഉപേക്ഷ വരുത്തിയാൽ അയാൾ സമാധാനം പറയണം. ആശ്രമത്തിൽ ഓരോരുത്തരും ഒരു തൊഴിലാളിയാണു്. ഒരുവനും കൂലി പററുന്ന അടിമയല്ല.

പുസ്തകങ്ങളിലൂടെ മാത്രമേ ജ്ഞാനം ലഭിക്കുകയുള്ളു എന്നനുമാനിക്കുന്നതു വലിയ അന്ധവിശ്വാസമാണു്. ഈ തെററു നാം ഉപേക്ഷിക്കണം. ജീവിതത്തിൽ പുസ്തകപാരായണത്തിനു സ്ഥാനമുണ്ടെങ്കിലും, അതിൻെറ ശരിയായ സ്ഥാനത്തുമാത്രമേ അതു പ്രയോജനപ്പെടുകയുള്ളൂ. ദേഹാദ്ധ്വാനം ഉപേക്ഷിച്ചിട്ടു പുസ്തകപാരായണത്തിൽമാത്രം ശ്രദ്ധ പതിപ്പിക്കുകയാണെങ്കിൽ നാം അതിനെതിരായി ഒരു വിപ്ളവംതന്നെ നടത്തണം. ദേഹാദ്ധ്വാനത്തിനു നമ്മുടെ മിക്ക സമയവും വിനിയോഗിക്കണം; കുറച്ചുസമയംമാത്രം

വായനയ്ക്കു് ഉപയോഗിച്ചാൽ മതി. ഇന്നു ഭാരതത്തിൽ ധനികരും ഉന്നതജാതിക്കാരെന്നറിയപ്പെടുന്നവരും ദേഹാദ്ധ്വാനത്തെ വെറുക്കുന്നതുകൊണ്ടു് അദ്ധ്വാനിക്കുന്നതിന്റെ അന്തസ്സു ഗ്രഹിക്കേണ്ടതു് അത്യാവശ്യമാണു്. യഥാർത്ഥ ബുദ്ധിവികസനത്തിനു തന്നെയും നാം പ്രയോജനകരമായ എന്തെങ്കിലും ദേഹാദ്ധ്വാനം ചെയ്യണം.

നിവൃത്തിയുണ്ടെങ്കിൽ ആശ്രമത്തിലെ പ്രവർത്തകർക്കു വായിക്കുന്നതിനു കൂടുതൽ സമയം കൊടുക്കുന്നതു് അഭിലഷണീയമാണു്. അക്ഷരജ്ഞാനമില്ലാത്ത ആശ്രമവാസികളെ പഠിപ്പിക്കുന്നതിനു് ഒരു അദ്ധ്യാപകൻ ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതും ആശാസ്യമാണു്. എന്നാൽ ഇപ്പോഴത്തെ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കു് ഒന്നിനെങ്കിലും വിഘ്നം വരുന്നവിധത്തിൽ വായനയ്ക്കും മററും സമയം കൊടുക്കുക സാധ്യമായി തോന്നുന്നില്ല. ശമ്പളം കൊടുത്തു് അദ്ധ്യാപകരെ നിയമിക്കുന്നതിനും നമുക്കു നിവൃത്തിയില്ല. അതുകൊണ്ടു സാധാരണ സ്കൂളുകളിലെ വിഷയങ്ങൾ പഠിപ്പിക്കുന്നതിനു കഴിവുള്ള കൂടുതൽ ആളുകളെ ആശ്രമത്തിലേയ്ക്കു് ആകർഷിക്കാൻ കഴിയാത്തിടത്തോളം കാലം, നമ്മുടെ ഇടയിലുള്ളവരെക്കൊണ്ടു് അതു സാധിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. സ്കൂളിലും കോളേജിലും വിദ്യാഭ്യാസം കഴിച്ചിട്ടുള്ള ആശ്രമവാസികൾ, എഴുത്തു്, വായന, കണക്കു് എന്നീ വിഷയങ്ങളും ദേഹാദ്ധ്വാനവും തമ്മിൽ പൊരുത്തപ്പെടുത്തുന്നതിനുള്ള സാമർത്ഥ്യം തികച്ചും സമ്പാദിച്ചിട്ടില്ല. ഇതു നമുക്കെല്ലാവർക്കും ഒരു പുതിയ പരീക്ഷണമാണു്. പക്ഷേ, നാം അനുഭവത്തിൽനിന്നു് ഇനിയും പഠിക്കും; നമ്മിൽ സാധാരണ വിദ്യാഭ്യാസം നേടിയിട്ടുള്ളവർ അവരുടെ ജ്ഞാനം മററുള്ളവർക്കു പകരുന്നതിനുള്ള മാർഗം വഴിയേ കണ്ടുപിടിക്കും.

ബി. 'ആഹാരത്തിനുവേണ്ടി അദ്ധ്വാനിക്കാൻ' ആശ്രമത്തിലുള്ള രണ്ടുപാധികൾ

2

1. കൃഷി

ആശ്രമപരിപാടികളുടെ ഈ വകുപ്പു് ആരംഭിക്കുന്നതിനു കാരണക്കാരൻ മഗൻലാൽ ഗാന്ധിയായിരുന്നു കൃഷിയില്ലാത്ത ആശ്രമം ഡൻമാർക്കിലെ രാജകുമാരനില്ലാത്ത ഹാംലററ് നാടകത്തിനു സമമാണെങ്കിലും മഗൻലാൽ ഇല്ലായിരുന്നുവെങ്കിൽ ഈ സംരംഭത്തിനുള്ള ധൈര്യം എനിക്കുണ്ടാകുകയില്ലായിരുന്നു. കാരണം, അതിനുവേണ്ട നിപുണതയും സൗകര്യവും ഞങ്ങൾക്കില്ലായി

2. Ashram Observances in Action, (1932) pp. 91—98

രുന്നുവെന്നു ഞാൻ കരുതി. ആളും, അർത്ഥവും, ഭൂമിയും വളരെ വേണ്ടിയിരുന്ന ഒരു പദ്ധതിയാണു കൃഷി. അതു ചെയ്യാൻ കഴിയുന്നതും നീട്ടിവയ്ക്കാൻ വയ്യാത്തതും അവശ്യം വേണ്ടതുമായ മററു പല സംഗതികളിൽനിന്നും അതു ഞങ്ങളുടെ ശ്രദ്ധയെ വ്യതിചലിപ്പിക്കുമെന്ന് എനിക്കു ഭീതിയുണ്ടായി. എന്നാൽ മഗൻലാൽ ഉറച്ചുനിന്നു; ഞാൻ അദ്ദേഹത്തിനു കീഴ്പെട്ടു....കൃഷിയില്ലാത്ത ആശ്രമം ചിന്തിക്കുവാൻകൂടി പാടില്ലാത്ത ഒന്നാണെന്നായിരുന്നു അദ്ദേഹം വാസ്തവത്തിൽ വിശ്വസിച്ചിരുന്നതു്....ആശ്രമത്തിലെ മിക്ക വൃക്ഷങ്ങളും മഗൻലാൽ നട്ടതോ നട്ടുപിടിപ്പിച്ചതോ ആണു്.

കൃഷിയെപ്പററി ഇന്നും എനിക്കു ചില ആശങ്കകളുണ്ടു്. ഇന്നും അതു തികച്ചും ആശ്രമത്തിലെ പ്രവൃത്തികളിൽ ഒന്നായിട്ടുണ്ടെന്നു് എനിക്കു പറയാൻ സാധിക്കുകയില്ല. എന്നാൽ ആശ്രമഭൂമിയിൽ ചെറിയ തോതിലെങ്കിലും നടത്തുന്ന ഈ കൃഷിയെക്കുറിച്ചു് എനിക്കു ഖേദിക്കേണ്ടിവന്നിട്ടില്ല. ഒരു ഗണ്യമായ സംഖ്യ അതിലേക്കു ചെലവഴിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അതു സ്വയംപര്യാപ്തമാണെന്നു തെളിയിക്കുവാൻ സാധ്യമല്ല. എങ്കിലും ഇത്രത്തോളം കൃഷിചെയ്യുന്നതു് ആശ്രമത്തിനു് ആവശ്യമാണെന്നു കരുതാൻ ഞാൻ വിചാരിക്കുന്നു. കൃഷി ഇല്ലെങ്കിൽ ആശ്രമവും ഇല്ല. എന്തെന്നാൽ കഴിവുള്ളിടത്തോളം, ആശ്രമത്തിനുവേണ്ടി പച്ചക്കറികളും പഴങ്ങളും ആശ്രമത്തിൽ തന്നെ വളർത്തണം. കുറച്ചു കഴിഞ്ഞപ്പോൾ ആശ്രമത്തോട്ടത്തിൽ കൃഷിചെയ്തുണ്ടാക്കിയ പച്ചക്കറികളേ ഉപയോഗിക്കൂ എന്നു മഗൻലാൽ ശപഥംചെയ്തു. ആശ്രമത്തിലെ ആവശ്യത്തിനുള്ള ഭക്ഷ്യധാന്യങ്ങളും കന്നുകാലികൾക്കു വേണ്ട പുല്ലും കൃഷിചെയ്യുന്നതിനു കഴിവും അതിനുണ്ടാകണം. കാർഷികഗവേഷണങ്ങൾ നടത്തണമെന്നില്ല. എന്നാൽ സ്വന്തമായ കൃഷിത്തോട്ടമില്ലാത്ത ആശ്രമം മൂക്കില്ലാത്ത മുഖംപോലെയിരിക്കും.

ആശ്രമത്തിലെ കൃഷിത്തോട്ടം ഒരു പരീക്ഷണഘട്ടത്തിൽ ഇരിക്കുന്നതേയുള്ളൂ. മററുള്ളവർക്കു ദൃഷ്ടാന്തമായിരിക്കത്തക്കവണ്ണം അതിനൊന്നുമില്ല. കൃഷിയിൽ പ്രാഥമികപരിജ്ഞാനം നൽകുന്നതിനുമാത്രമേ അതുകൊണ്ടു് ഉദ്ദേശിച്ചിട്ടുള്ളൂ. ആദ്യം ആശ്രമത്തിൽ ഒരൊററ വൃക്ഷംപോലുമില്ലായിരുന്നു. എന്നാൽ ഉപയോഗിക്കണമെന്നുള്ള ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടി നട്ടുവളർത്തിയ വളരെ വൃക്ഷങ്ങൾ ഇപ്പോൾ ആശ്രമത്തിൽ ഉണ്ടു്, പച്ചക്കറിസാധനങ്ങളും പഴവർഗങ്ങളും, പുല്ലും വളർത്തിവരുന്നുണ്ടു്. മലം വളമാക്കി ഉപയോഗിക്കുന്നു; ഫലം തൃപ്തികരമാണു്.

പഴയ കലപ്പകൾക്കു പുറമേ പുതിയ പരിഷ്കൃതായുധങ്ങളും ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ടു് ഗ്രാമത്തിലും ഉപയോഗിക്കാവുന്ന രീതിയിലാണു കിണറുകളിൽനിന്നു വെള്ളം പമ്പുചെയ്തെടുക്കുന്നതു്.

സാധുകർഷകനപററിയ പഴയ പണിയായുധങ്ങളോട്ട് ഞങ്ങാംക്ക പ്രത്യേക താൽപര്യമുണ്ട്. അവയിൽ ചില പരിഷ്കാരങ്ങളൊക്കെ വരുത്താമായിരിക്കാം. എന്നാൽ അതിനെപ്പററി ചിന്തിക്കുന്നതിന്ന് ആശ്രമത്തിനു സമയമില്ലാത്തതിനാൽ വ്യക്തമായി ഒരഭിപ്രായം പറയുവാൻ നിവൃത്തിയില്ല.

2. *ക്ഷീരവ്യവസായം*

ആശ്രമത്തിൻെറ ആദർശം പാൽ വർജിക്കുകയെന്നതാണ്. മാംസംപോലെതന്നെ മൃഗങ്ങളുടെ പാലും മനുഷ്യൻെറ ആഹാരമായി ഉദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ലെന്നതാണ് ആശ്രമത്തിൻെറ വിശ്വാസം. ഒരു വർഷമോ അതിലധികമോ കാലം ആശ്രമത്തിൽ പാലോ നെയ്യോ കൂടാതെ കഴിച്ചുകൂട്ടി. പക്ഷേ, മുതിർന്നവരുടേയും അതുപോലെതന്നെ കുട്ടികളുടെയും ആരോഗ്യം അക്കാലത്തു ക്ഷയിച്ചുവന്നതുകൊണ്ടു് ആദ്യം നെയ്യും പിന്നീടു പാലും ആശ്രമത്തിലെ ഭക്ഷണത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തേണ്ടിവന്നു. തൽഫലമായി ആശ്രമത്തിൽ കന്നുകാലികളെ വളർത്തേണ്ട ആവശ്യം ബോധ്യപ്പെട്ടു.

ഗോരക്ഷയിൽ, ഒരു മതധർമമെന്ന നിലയിൽ ആശ്രമം വിശ്വസിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഗോരക്ഷ എന്ന പദത്തിന്ന് അഹങ്കാരത്തിൻെറ ചുവയുണ്ട്. എല്ലാ ജീവികളെയും രക്ഷിക്കുന്ന ഈശ്വരനിൽനിന്നു മനുഷ്യനുതന്നെ രക്ഷയാവശ്യമായിരിക്കുമ്പോൾ അവൻ മൃഗങ്ങളെ രക്ഷിക്കുന്നതിന്ന് അപ്രാപ്തനാണ്. അതിനാൽ 'ഗോരക്ഷ' എന്ന പേരുമാററി 'ഗോസേവ' എന്നാക്കി. എന്നാൽ, പാലും നെയ്യും കൂടാതെ ജീവിക്കുകയും അങ്ങനെ സ്വാർത്ഥപരിഗണനയൊന്നും കൂടാതെ പശുവിനെ സേവിക്കുകയും ചെയ്യുക എന്ന പരീക്ഷണം പരാജയപ്പെട്ടപ്പോൾ ഞങ്ങൾ കന്നുകാലികളെ ആശ്രമത്തിൽത്തന്നെ വളർത്തിവന്നു. ആദ്യം ഞങ്ങൾക്ക പശുക്കളും കാളകളും എരുമകളും ഉണ്ടായിരുന്നു. എരുമകളെ വളർത്താതെ പശുക്കളെയും കാളകളെയും വളർത്തുകയാണു ഞങ്ങളുടെ കർത്തവ്യമെന്ന് അന്നു ഞങ്ങൾക്ക ബോധ്യമായിട്ടില്ലായിരുന്നു.

എരുമകളെയെല്ലാം വിററു. പശുക്കളെയും കാളകളെയും മാത്രം വളർത്താനേ ആശ്രമം ഇപ്പോൾ അനുവദിക്കുന്നുള്ളു. കന്നുകാലികളുടെ വർഗം അഭിവൃദ്ധിപ്പെടുത്തുക, പല ഇനത്തിലുള്ള തീററ കൊടുത്തു പാലിൻെറ ഗുണവും അളവും വർധിപ്പിക്കുക, പാൽ കേടുകൂടാതെ സൂക്ഷിക്കുക, വെണ്ണ അനായാസേന കടഞ്ഞെടുക്കുക, കാളക്കുട്ടികളെ വേദനിപ്പിക്കാതെ വന്ധ്യീകരിക്കുക—ഇവയെല്ലാം ഞങ്ങളുടെ പരിപാടിയിൽ ഉൾപ്പെടുന്നു. ഇതും ഒരു പരീക്ഷണദശയിലാണ്. പശുവിനെ നല്ലവണ്ണം സംരക്ഷിക്കുകയും, അതു തരുന്നതെല്ലാം മുഴവനായി പ്രയോജനപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുകയാണെ

ങ്കിൽ പശുവിൻെറ ചെലവു മുതലാകുന്നതാണെന്നു് ആശ്രമം ഉറച്ചു വിശ്വസിക്കുന്നു.

പ്രയോജനമില്ലാതെ പശുവിനെ വളർത്തുവാൻ മനുഷ്യനു കഴിവില്ലെന്നും, സ്ഥിതി അതായിരിക്കുന്ന കാലത്തോളം പശുവിനെ കശാപ്പിനു കൊടുക്കുന്നതു് അനിവാര്യമാണെന്നും ഒരുപക്ഷേ, പലരും മനസ്സിലാക്കിയിട്ടില്ല. പശുവിനെ രക്ഷിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി മരിക്കുവാനോ മനുഷ്യൻെറമേൽ ഒരു ഇത്തിൾക്കണ്ണിയായി വളരുവാൻ പശുവിനെ അനുവദിക്കുവാനോ തക്ക മഹാമനസ്കത മനുഷ്യവർഗത്തിനില്ല. ഇപ്പോൾ ഉള്ള കന്നുകാലികൾക്ക ശരിയായി ആഹാരം കൊടുക്കുന്നപക്ഷം മനുഷ്യനു വേണ്ടത്ര ആഹാരം ശേഷിക്കയില്ല; അത്രയ്ക്കു വലുതാണു് അവയുടെ എണ്ണം. അതുകൊണ്ടു പശുവിനെ ശരിയായി സംരക്ഷിച്ചാൽ കൂടുതൽ ഫലം തരുന്നതിനു് അതിനു കഴിയുമെന്നു നാം തെളിയിക്കണം.

ഈ തത്ത്വം തെളിയിക്കണമെങ്കിൽ മതത്തിൻെറ പേരിൽ വേഷംമാറി നടക്കുന്ന ചില അന്ധവിശ്വാസങ്ങൾ ഹിന്ദുക്കൾ ത്യജിക്കേണ്ടിവരും. ചത്ത പശുക്കളുടെ എല്ലും മററും ഹിന്ദുക്കൾ ഉപയോഗിക്കുന്നില്ല. കന്നുകാലികൾ ചത്തുകഴിഞ്ഞാൽ അതിനു എന്തു സംഭവിക്കുന്നു എന്നവർ ശ്രദ്ധിക്കുന്നില്ല. തുകൽ ഊറയ്ക്കിടുന്നവൻെറ ജോലി പാവനമായി കരുതുന്നതിനുപകരം അവർ അതു ഹീനമായി കരുതുന്നു. ക്ഷീണിച്ച കന്നുകാലികളെ ആസ്ട്രേലിയായിലേക്ക കയററുമതി ചെയ്യുന്നു; അവിടെയുള്ളവർ അവയെ കൊന്നു് അവയുടെ മാംസത്തിൽനിന്നു സത്തെടുക്കുകയും, എല്ലു വളമാക്കുകയും തുകൽ ചെരുപ്പുണ്ടാക്കുന്നതിനു ഉപയോഗിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഈ മാംസസത്തും, വളവും, ചെരുപ്പും പിന്നീടു ഇന്ത്യയിൽ ഇറക്കുമതി ചെയ്യുന്നു. യാതൊരു പശ്ചാത്താപവും കൂടാതെ നാം വാങ്ങി ഉപയോഗിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഈ വിഡ്ഢിത്തം പശുവിൻെറ നാശത്തിനും,രാജ്യത്തിനു സാമ്പത്തികമായി വലിയ നഷ്ടത്തിനും ഇടയാക്കുന്നു. ഇതു മതമല്ല; ഇതു മതത്തിൻെറ നിഷേധം മാത്രമാണു്. അതുകൊണ്ടു് ആശ്രമത്തിൽ തുകൽ ഊറയ്ക്കിടുന്ന ജോലി ആരംഭിച്ചിരിക്കയാണു്. ഞങ്ങളിൽ ആരും ഇനിയും ആ ജോലിയിൽ വിദഗ്ദ്ധത നേടിയിട്ടില്ല. തുകൽ ഊറയ്ക്കിടുന്നതിനു്, ആശ്രമനിബന്ധനകൾ പാലിക്കുവാൻ തയാറുള്ളവരെ പുറത്തുനിന്നു ലഭിച്ചുമില്ല. എങ്കിലും തുകൽ ഊറയ്ക്കിടുന്നതു് ആശ്രമത്തിലെ ഒരു പ്രധാന വ്യവസായവിഭാഗമാണു്. അതു നൂൽനൂൽപ്പുപോലെ അഭിവൃദ്ധിപ്പെടുമെന്നും പ്രചരിക്കുമെന്നും ഞങ്ങൾക്ക തികച്ചും പ്രതീക്ഷയുണ്ടു്. ചത്ത പശുവിനെ പൂർണമായി ഉപയോഗിക്കുമെങ്കിൽ മാത്രമേ, പശു നാട്ടിനു് ഒരു ഭാരമല്ലാതെ വരികയുള്ളൂ. അപ്പോഴും ലാഭമുണ്ടായിരിക്കയില്ല. മതം ഒരി

ക്കലും സാമ്പത്തികശാസ്ത്രത്തിനു് എതിരല്ല. എന്നാൽ ലാഭത്തിനു മതം എപ്പോഴും എതിരാണു്. പശുവിനെ വളർത്തുന്നതു മുതലാകണമെങ്കിൽ ചത്ത പശുവിനെ നിരുപയോഗപ്പെടുത്തുകയോ വലിയ തോതിലുള്ള തുകൽവ്യവസായികളുടെ അമിതലാഭത്തിനുള്ള മാർഗമാക്കിത്തീർക്കുകയോ ചെയ്യരുതു്. ഇതു ബലംപ്രയോഗിച്ചു ചെയ്യുവാൻ സാധ്യമല്ല. നേരെമറിച്ചു ഹിന്ദുസമുദായം പശുവിനെ വളർത്തുകയും, പശുവും കിടാവും ജീവിച്ചിരിക്കുന്നിടത്തോളം കാലം അവയോടു വേണ്ടതുപോലെ പെരുമാറുകയും, അതിൻെറ വാർദ്ധക്യത്തിൽ അവയെ പരിപാലിക്കുകയും ചത്തു കഴിയുമ്പോൾ അവയുടെ ശവം പൂർണമായി ഉപയോഗപ്പെടുത്തുകയും വേണം. ഇപ്രകാരം മാത്രമേ പശുവിനെ സംരക്ഷിക്കുവാൻ കഴിയൂ. അങ്ങനെ അതിനെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിൽനിന്നു്, ഇതുപോലെയുള്ള ശേഷം മൃഗങ്ങളെയും രക്ഷിക്കുന്നതെങ്ങനെയെന്നു പഠിക്കുവാനും, ഒരുപക്ഷേ നമുക്കു കഴിഞ്ഞേക്കും. നമ്മുടെ അലസതയും, അറിവില്ലായ്മയും, വിദ്വേഷവും കാരണം ഇന്നു പശു നാശത്തിലേക്കു ശീഘ്രം പാഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണു്. മററു മൃഗങ്ങളെപ്പററിയാണെങ്കിൽ അധികം പറയാതിരിക്കുകയാണു നല്ലതു്.

എല്ലാ ഗോശാലകളും മതപരവും ശാസ്ത്രീയവുമായ അടിസ്ഥാനത്തിൽ സംഘടിപ്പിക്കണമെന്നാണു് ആശ്രമം നിർദേശിക്കുന്നതു് ധനികർക്കു സ്വന്തം ഗോശാലകൾ ഉണ്ടായിരിക്കണം. പശുവിൻെറ പാലും നെയ്യും അവർ നിർബന്ധമായി ഉപയോഗിക്കണം. പശുവിൻപാൽ കച്ചവടം ചെയ്യുന്നതു പാപമായി പരിഗണിക്കണം. സ്വത്തും സൗകര്യവുമുള്ളവർ നഷ്ടമുണ്ടാകാത്തവിധം പൊതുഗോശാലകൾ നടത്തണം. അപ്പോൾ പശുക്കൾക്കു വേഗം രക്ഷയുണ്ടാകും.

ഇപ്പോൾ ആശ്രമത്തിനു പരിമിതമായ ഒരു ലക്ഷ്യമാണുള്ളതു്. ആശ്രമത്തിൽ ഒരു മാതൃകാഗോശാല നടത്തുക, നല്ലയിനം കന്നുകാലികളെ വളർത്തുക, പശുവിനെ വളർത്തുന്നതിനു് ആദായകരമായ ഒരേർപ്പാടാണെന്നു തെളിയിക്കാനായി കന്നുകാലികളുടെ ശവം മുഴുവനും ഉപയോഗപ്പെടുത്തുക, ഗോസേവാപ്രവർത്തകർക്കു പരിശീലനം നൽകുക, പരിശീലനം കഴിയുമ്പോൾ അവർക്കു തൊഴിലുണ്ടാക്കിക്കൊടുക്കുക——ഇത്രയുമാണു് ആ ലക്ഷ്യം.

സി. അദ്ധ്വാനിക്കാത്തവർക്കു് ആഹാരമില്ല

3

'ഞങ്ങൾ എന്തിനു കൈകൾ ഉപയോഗിക്കണം.' എന്നു നിങ്ങൾ ചോദിച്ചേക്കാം. 'ശാരീരികാദ്ധ്വാനം ചെയ്യേണ്ടതു് അക്ഷരാഭ്യാസമില്ലാത്തവരാണു്. സാഹിത്യഗ്രന്ഥങ്ങളും രാഷ്ട്രീയലേഖനങ്ങളും വായിക്കുവാൻ മാത്രമേ എനിക്കു കഴിയൂ' എന്നു നിങ്ങൾ പറഞ്ഞേക്കാം. ജോലി ചെയ്യുന്നതിന്റെ അന്തസ്സു് നാം മനസ്സിലാക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു എന്നു് എനിക്കു തോന്നുന്നു. ഒരു ക്ഷുരകനോ ചെരുപ്പുകുത്തിയോ കോളേജിൽ ചേർന്നാൽ, അവന്റെ ക്ഷുരകവൃത്തിയോ ചെരുപ്പുണ്ടാക്കുന്ന ജോലിയോ അവൻ ഉപേക്ഷിക്കേണ്ടതില്ല. ഒരു ക്ഷുരകന്റെ തൊഴിൽ വൈദ്യവൃത്തിയെപ്പോലെതന്നെ നല്ലതാണെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു.

4

ദരിദ്രർ ചെയ്യേണ്ടിയിരിക്കുന്ന ഒരു ജോലി ദിവസം ഒരു മണിക്കൂറെങ്കിലും നാം എല്ലാവരും ചെയ്യുകയും, അങ്ങനെ അവരോടും, അവർ മുഖാന്തരം മനുഷ്യവർഗത്തോടു മുഴുവനും താദാത്മ്യം പ്രാപിക്കുകയും ചെയ്യുക, എന്നതിനേക്കാൾ കൂടുതൽ വിശിഷ്ടമോ ദേശീയമോ ആയ ഒരു സംഗതിയും എനിക്കു് ഊഹിക്കുവാൻ കഴിയുന്നില്ല. ദരിദ്രർക്കുവേണ്ടി അവരെപ്പോലെ അദ്ധ്വാനിക്കുന്നതിനേക്കാൾ ഉന്നതമായ ഈശ്വരാരാധന എനിക്കു ചിന്തിക്കുവാൻപോലും സാധിക്കുന്നില്ല.

5

ഒറീസ്സായിലെ പട്ടിണിക്കാരായ ദശലക്ഷങ്ങളെ ഓർക്കുക. ഞാൻ അവിടെ പോയപ്പോൾ ക്ഷാമബാധിതരായ അവരെ കണ്ടു. ഒരു വ്യവസായമന്ദിരത്തിന്റെ ദയാലുവായ മേലധികാരിയുടെ കനിവുകൊണ്ടു് അവരുടെ സമർത്ഥരും ആരോഗ്യമുള്ളവരും ആഹ്ലാദചിത്തരുമായ കുട്ടികൾ പരവതാനികളും കുട്ടകളും നെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതും ഞാൻ കണ്ടു. അവിടെ നൂൽനൂൽപ്പില്ലായിരുന്നു. എന്തെന്നാൽ ഈ പറഞ്ഞ തൊഴിലുകളായിരുന്നു അന്നു പ്രചാരത്തിലിരുന്നതു്. എന്നാൽ അവരുടെ മുഖത്തു ജോലിയിൽനിന്നുണ്ടാകുന്ന ആനന്ദത്തിന്റെ തിളക്കം കാണാമായിരുന്നു. പക്ഷേ, ക്ഷാമബാധിതരായ ആ മുതിർന്നവരുടെ അടുത്തു വന്നപ്പോൾ ഞാൻ കണ്ടതെന്താണു്? മരണംമാത്രം പ്രതീക്ഷിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന വെറും

---

3. 1917 ഫെബ്രു. 10-ാം തീയതി മദ്രാസ്സിൽ വൈ. എം. സി. എ. -യിൽ വച്ചു ചെയ്ത പ്രസംഗത്തിൽ നിന്നു് (To the Students, p. 39)
4. Young india, 20–10–'21 (Truth is God, p. 121)
5. Young India, 20–11–'14 (Khadi, p. 234)

അസ്ഥിയും തോലുമായിരുന്ന അവർ. ഒരു പരിതഃസ്ഥിതിയിലും ജോലിചെയ്യില്ലെന്ന നിർബന്ധംകൊണ്ടാണ് അന്ന് അവർ ആ അവസ്ഥയിലായത്. അവർ ജോലിചെയ്യുന്നതിനു വിസമ്മതിച്ചാൽ വെടിവയ്ക്കുമെന്നു ഭയപ്പെടുത്തിയാലും സത്യസന്ധമായ എന്തെങ്കിലും ജോലി ചെയ്യുന്നതിനേക്കാൾ വെടിയുണ്ടകൾക്കു വിധേയരാകുന്നതിനാണ് അവർ അധികം ഇഷ്ടപ്പെടുകയെന്ന് എനിക്കുറപ്പുണ്ട്. ജോലിചെയ്യുന്നതിനുള്ള ഈ വൈമനസ്യം മദ്യപാനത്തേക്കാൾ വലിയൊരു ദോഷമാണ്. മദ്യപാനിയെക്കൊണ്ടു കുറച്ചു ജോലിയെങ്കിലും ചെയ്യിക്കാം. അവനു കുറച്ചു ഹൃദയം ശേഷിക്കുന്നുണ്ട്. അവനു ബുദ്ധിയുണ്ട്. ജോലി ചെയ്യുവാൻ മനസ്സില്ലാത്ത ഈ പട്ടിണിക്കാർ തനി മൃഗങ്ങളെപ്പോലെയാണ്.

6

കൽക്കത്തയിലെ മനോഹരമായ 'വെണ്ണക്കൽക്കൊട്ടാരം' എന്ന കെട്ടിടത്തിലേക്കു കുറച്ചുകാലം മുൻപ് എന്നെ കൊണ്ടുപോയി. അതു വളരെ വിലപിടിച്ചതും ഭംഗിയുള്ളതുമായ ചില ചിത്രങ്ങൾകൊണ്ട് അലങ്കരിച്ചിട്ടുണ്ട്. അതിന്റെ ഉടമസ്ഥന്മാർ ആ കൊട്ടാരത്തിന്റെ മുമ്പിലുള്ള പറമ്പിൽവച്ചു അവിടെ ചെല്ലുന്ന എല്ലാ യാചകർക്കും ഭക്ഷണം കൊടുക്കും. ദിവസംപ്രതി അനേകായിരം സാധുക്കൾക്കു അവിടെ ഭക്ഷണം കൊടുക്കുന്നുണ്ടെന്നാണു ഞാൻ കേട്ടത്. ഇതു രാജകീയമായ ഒരു ഔദാര്യമാണെന്നുള്ളതിനു സംശയമില്ല. ഇതിന്റെ ദാതാക്കളുടെ ഔദാര്യബുദ്ധി വളരെ ശ്ലാഘനീയമാണ്. എന്നാൽ മനോഹരമായ ആ കൊട്ടാരം അതിനു മുൻപിലിരുന്നു ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്ന ആ ജീർണവസ്ത്രധാരികളുടെ പരിതാപകരമായ അവസ്ഥയെ പരിഹസിക്കുകയാണെന്നു തോന്നും. ആ വിരോധാഭാസം ഈ ദാതാക്കൾ ഒട്ടും ഗ്രഹിക്കുന്നില്ല. വേറൊരു വേദനാജനകമായ കാഴ്ച ഞാൻ കണ്ടതു സൂരി സന്ദർശിച്ചപ്പോളാണ്. ആ ഡിസ്ട്രിക്ടിലെ ഭിക്ഷക്കാരെ സൽക്കരിക്കുന്നതിന് സ്വീകരണക്കമ്മിററി ഏർപ്പാടു ചെയ്തിരുന്നു. വെണ്ണക്കൽക്കൊട്ടാരത്തിൽവച്ച് എന്റെ ചുററുംകൂടിയ ജനക്കൂട്ടം, നിലത്തിരുന്നു പൊടിപിടിച്ച ഇലയിൽനിന്നും ഭക്ഷണം കഴിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന ഭിക്ഷക്കാരുടെ ഇടയിൽക്കൂടിയാണു കടന്നു പോയിരുന്നത്. ചിലർ അവരെ ചവിട്ടുകതന്നെ ചെയ്തു. സൂരിയിലെ ഏർപ്പാടു കുറച്ചുകൂടി മെച്ചമായിരുന്നെന്നു പറയാം. ഭക്ഷണം കഴിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന ഭിക്ഷക്കാരുടെ ഇടയ്ക്കുകൂടി കടക്കുവാൻ ജനക്കൂട്ടത്തെ അനുവദിച്ചില്ല. എന്നാൽ എന്നെ എന്റെ ലക്ഷ്യസ്ഥാനത്തെത്തിക്കാനുള്ള കാർ

6. Young India, 13-8-'25 (Towards Non—violent Socialism, pp 141—142)

ഭക്ഷണം കഴിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന ഭിക്ഷക്കാരുടെ മധ്യേകൂടി പത്തുക്കെ ഓടിച്ചു. ഞാൻ അവമാനിതനായി എന്നെനിക്കു തോന്നി. ഞാൻ 'ദരിദ്രരുടെ സ്നേഹിതൻ' ആയതുകൊണ്ട് എന്നെ ബഹുമാനിക്കാനാണ് അപ്രകാരം ചെയ്തതെന്ന് അവിടെയുള്ള ഒരു സ്നേഹിതൻ എന്നോടു പറഞ്ഞു. അതു കേട്ടപ്പോഴ് എനിക്കു കൂടുതൽ അവമാനം തോന്നി. മാനവസമുദായത്തിൻെറ വലിയൊരംശം ഭിക്ഷക്കാരായിത്തീരുന്നതുകൊണ്ട് എനിക്കു തൃപ്തിപ്പെടാൻ കഴിയുമെങ്കിൽ അവരോടുള്ള എൻെറ സൗഹൃദം പരിതാപകരമായിരിക്കണം. ഭാരതത്തിലെ ദരിദ്രർ തികച്ചും പിച്ചക്കാരായിത്തീരുന്നതിനേക്കാൾ മുഴപ്പട്ടിണി കിടക്കുന്നതാണ് എനിക്കിഷ്ടം. ആ അവസ്ഥ സമചിത്തതയോടെ വിഭാവന ചെയ്യാൻ മാത്രമുള്ള കഠിനഹൃദയത്വം, അവരോടുള്ള സൗഹൃദംമൂലം, എന്നിലുണ്ടായിട്ടുണ്ടെന്ന് എൻെറ സുഹൃത്തുക്കൾ അറിഞ്ഞില്ല.

'പരമാർത്ഥമായ ഏതെങ്കിലും വഴിക്കു തൻെറ ഭക്ഷണത്തിനു വേണ്ടി അദ്ധ്വാനിക്കാത്ത ആരോഗ്യവാനായ ഒരാൾക്കു സൗജന്യമായി ഭക്ഷണം കൊടുക്കാൻ എൻെറ അഹിംസാസിദ്ധാന്തം എന്നെ അനുവദിക്കുകയില്ല. എനിക്ക് അധികാരമുണ്ടായിരുന്നുവെങ്കിൽ എല്ലാ സൗജന്യഭക്ഷണശാലകളും ഞാൻ നിർത്തുമായിരുന്നു. ഇതു നമ്മുടെ ദേശത്തെ അധഃപതിപ്പിച്ചു. അലസത, ചിന്താശൂന്യത, കാപട്യം, എന്നിവയ്ക്കും കുററങ്ങൾക്കു കൂടിയും പ്രേരണ നൽകി. ഇത്തരം അസ്ഥാനത്തുള്ള ഔദാര്യം രാജ്യത്തിൻെറ ഭൗതികമോ ആദ്ധ്യാത്മികമോ ആയ സമ്പത്തു വർദ്ധിപ്പിച്ചിട്ടില്ല. ദാതാവിൽ ഇല്ലാത്ത ഗുണം തനിക്ക് ഉണ്ടെന്ന തോന്നൽ ഉളവാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ആ ദാതാക്കൾ ഭക്ഷണത്തിനുവേണ്ടി ജോലിചെയ്യുന്ന സ്ത്രീപുരുഷന്മാർക്ക് ആരോഗ്യകരവും ശുചിയുമായ ചുററുപാടുകളിൽ ഭക്ഷണം കൊടുക്കുന്നതിനുതകുന്ന സ്ഥാപനങ്ങൾ ആരംഭിച്ചിരുന്നുവെങ്കിൽ അതെത്ര നല്ലതും ബുദ്ധിപൂർവവും ആകുമായിരുന്നു. ചർക്കയോ പരുത്തി സംസ്കരിച്ചു നൂലാക്കുന്നതുവരെയുള്ള പ്രക്രിയയിൽപ്പെട്ട എന്തെങ്കിലും ജോലിയോ ആയിരുന്നാൽ അതു മാതൃകാപരമായിരിക്കും എന്ന് ഞാൻ വ്യക്തിപരമായി കരുതുന്നു. എന്നാൽ അവർക്ക് അതു് ഇഷ്ടമല്ലെങ്കിൽ വേറെ ഏതെങ്കിലും ജോലി തെരഞ്ഞെടുക്കാം. 'അദ്ധ്വാനിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ ഭക്ഷണവുമില്ല' എന്നതായിരിക്കണം നിയമമെന്നു മാത്രം. ഓരോ പട്ടണത്തിനും അതിലെ ഭിക്ഷക്കാരെന്ന ദുർഘടപ്രശ്നമുണ്ട്. ഈ പ്രശ്നത്തിനു് ഉത്തരവാദികൾ പണക്കാരാണ്. മടിയന്മാരുടെ മുഖത്തു് ഭക്ഷണം എറിഞ്ഞുകൊടുക്കുന്നതു് എളുപ്പമാണ് എന്നെനിക്കറിയാം. എന്നാൽ ഭക്ഷണം കൊടുക്കുന്നതിനു മുൻപ് സത്യസന്ധമായ ജോലി ചെയ്തിരിക്കണം എന്ന അടിസ്ഥാനത്തിൽ ഒരു സ്ഥാപനം ഉണ്ടാക്കുന്നതു കൂടുതൽ പ്രയാസമാണ്. പണച്ചെലവിൻെറ അടിസ്ഥാനത്തിൽ നോക്കുമ്പോൾ പ്രാരംഭദശയിൽ നിശ്ചയമായും ജോലി

ചെയ്യിച്ചിട്ടു ഭക്ഷണം കൊടുക്കുന്നതു് സൗജന്യമായി ഭക്ഷണം കൊടു ക്കുന്നതിലും വ്യയഹേതുകമായിരിക്കും. എന്നാൽ കാലക്രമത്തിൽ അതിനുള്ള ചെലവു മററതിനേക്കാറം കുറയും എന്നു് എനിക്കു ബോദ്ധ്യമുണ്ടു്. ഈ രാജ്യത്തെ ശീഘ്രഗതിയിൽ കീഴടക്കിക്കൊ ണ്ടിരിക്കുന്ന, അലഞ്ഞുതിരിഞ്ഞു നടക്കുന്ന ജാതിയെ ക്രമാതീത മായി വർദ്ധിപ്പിക്കേണ്ടോ എന്നു നാം ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെങ്കിൽ അതാണു ചെയ്യേണ്ടതു്.

7

സാധുക്കളെ ധർമംകൊണ്ടു പുലർത്തുമെന്നു പറയരുതു്. ധർമ്മം ആർഹിക്കുന്നവർ രണ്ടുകൂട്ടർ മാത്രമാണു്: സ്വന്തമായി യാതൊന്നു മില്ലാതെ, വിശുദ്ധമായ വിജ്ഞാനത്തിന്റെ പ്രചരണം മാത്രം ജോലിയായിട്ടുള്ള ബ്രാഹ്മണരും, അംഗഹീനരും കുരുടരുമാണവർ. അരോഗദൃഢഗാത്രരായ മടിയന്മാക്കു ധർമംകൊടുക്കുന്ന പതിവു്, നമ്മുടെ ശാശ്വതമായ അപമാനത്തിനും അധഃപതനത്തിനും കാര ണമായിക്കൊണ്ടു് നടന്നുവരികയാണു്. ഈ അപമാനം തുടച്ചു നീക്കുന്നതിനാണു് ചർക്കയുടെ സന്ദേശവുമായി ഞാൻ നെടുനീളെ സഞ്ചരിക്കുന്നതു്.

8

സ്നേഹത്തിലോ, അഹിംസയിലോ, അടിയുറച്ചിട്ടല്ലെ ങ്കിൽ, സേവനം സാദ്ധ്യമല്ല. യഥാർത്ഥസ്നേഹം സമുദ്രംപോലെ അപാരമാണു്. അതു് ഒരുവനിൽ ഉദിച്ചുയർന്നു് പുറത്തേക്കു വിക സിക്കുകയും, സകലബന്ധനങ്ങളെയും അതിർത്തികളെയും ഉല്ലം ഘിച്ചു് ലോകത്തെ മുഴുവൻ മൂടിക്കളയുകയും ചെയ്യുന്നു. മാത്രമല്ല, ഈ സേവനം. ഗീതയിൽ യജ്ഞം എന്നു പറയുന്ന, ഭക്ഷണത്തി നുള്ള യത്നം കൂടാതെ അസാധ്യമാണു്. സേവനത്തിനുവേണ്ടി ദേഹാദ്ധ്വാനം ചെയ്യുന്ന ഒരു സ്ത്രീക്കോ പുരുഷനോ മാത്രമേ ജീവി ക്കുവാൻ അവകാശമുള്ളു.

9

നാം നമ്മുടെ നെററി വിയർപ്പിച്ചിട്ടുതന്നെ ഭക്ഷണം നേടണം എന്നാണു് മഹത്തായ പ്രകൃതി ഉദ്ദേശിച്ചിരിക്കുന്നതു്. അതുകൊ ണ്ടു് ഒരൊററ നിമിഷം വൃഥാകളയുന്നവൻ അത്രത്തോളം തന്റെ അയൽക്കാർക്കു് ഭാരമായിത്തീരുന്നു. അപ്രകാരം ചെയ്യുന്നതു് അഹിംസയുടെ ആദ്യപാഠത്തിന്റെതന്നെ ലംഘനമാണു്....അയൽ ക്കാരനോടു തികച്ചും സമീകൃതവും വിശിഷ്ടവുമായ പരിഗണനയു ണ്ടായിരിക്കുകയെന്നല്ലാതെ ഒന്നുമല്ല അഹിംസ. അലസനായ ഒരു

7. Young India, 24-2-'27. (Selections from Gandhi, p. 47)
8. Young India, 30-9-'28. (Selections from Gandhi, p. 48)
9. Young India, 11-4-'29. (ഞാൻ സ്വപ്നം കാണുന്ന ഇൻഡ്യ, പുറം 35)

മനുഷ്യൻ ഈ പ്രാഥമികപരിഗണനപോലും കാണിക്കാത്തവനാണ്.

10

പക്ഷിമൃഗാദികളെപ്പോലെതന്നെ. ഓരോ മനുഷ്യനും ജീവിതത്തിലെ അത്യാവശ്യസാധനങ്ങൾക്കു തുല്യാവകാശം ഉണ്ട്. ഓരോ അവകാശത്തോടുമൊപ്പം സദൃശമായ ഒരു കർത്തവ്യവും, ആ അവകാശത്തിന്റെ നേരേയുണ്ടാകുന്ന ഏതാക്രമണത്തെയും ചെറുക്കുന്നതിനുള്ള ഉപായവും ഉണ്ട്. അതുകൊണ്ട്, പ്രാഥമികവും അടിസ്ഥാനപരമവുമായ സമത്വം സമർത്ഥിക്കുവാൻ മുൻപറഞ്ഞ അവകാശസദൃശമായ കർത്തവ്യങ്ങളും ഉപായങ്ങളും കണ്ടെത്തിയാൽ മാത്രം മതി. തദനുസരണമായ കർത്തവ്യം കൈകാലുകൾകൊണ്ട് അദ്ധ്വാനിക്കലാണ്. ഉപായമാകട്ടെ ജോലിയുടെ പ്രതിഫലം തരാതിരിക്കുന്നവനോട് നിസ്സഹകരിക്കലും.

11

ആഹാരത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള ബുദ്ധിപൂർവമായ യത്നം സാമൂഹ്യസേവനത്തിന്റെ ഏററവും ഉൽകൃഷ്ടമായ രൂപമാണ്. 'ബുദ്ധിപൂർവകമായ' എന്ന വിശേഷണം 'യത്ന'ത്തിനുമുമ്പ് ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്നത്, യത്നം സാമൂഹ്യസേവനമാണെങ്കിൽ ആ വ്യക്തമായ ഉദ്ദേശ്യം അതിനു പിന്നിലുണ്ടായിരിക്കണമെന്നുള്ളതുകൊണ്ടാണ്. അല്ലാത്തപക്ഷം എല്ലാ തൊഴിലാളികളും സാമൂഹ്യസേവനം ചെയ്കയാണെന്നു പറയാം. അയാൾ ഒരുതരത്തിൽ സാമൂഹ്യസേവനം ചെയ്യുന്നുണ്ട്. എന്നാൽ ഇവിടെ ഉദ്ദേശിച്ചിരിക്കുന്നത് അതിലും വളരെ കൂടുതലാണ്. എല്ലാവരുടെയും പൊതുഗുണത്തിനുവേണ്ടി പ്രയത്നിക്കുന്ന ഒരാൾ സമുദായത്തെ സേവിക്കുന്നു. അവന്റെ കൂലിക്ക് അവൻ അർഹനാണ്. അതിനാൽ ഭക്ഷണത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള അത്തരം പ്രയത്നം സാമൂഹ്യസേവനത്തിൽനിന്നു വിഭിന്നമല്ല.

12

ബുദ്ധിപരമായ പ്രയത്നംകൊണ്ടു ഭക്ഷണം, നേടരുതോ? പാടില്ല. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ആവശ്യങ്ങൾ ദേഹംതന്നെ കൊടുക്കണം. കൈസക്കുള്ളതു കൈസക്കു കൊടുക്കണമെന്നുള്ള പ്രമാണം ഒരുപക്ഷേ, ഇക്കാര്യത്തിലും പ്രായോഗികമായിരിക്കാം. മാനസികം മാത്രമായ അദ്ധ്വാനം ആത്മാവിനുവേണ്ടിയുള്ളതാണ്. അതിൽ തന്നെയാണ്, അതിന്റെ തൃപ്തി. അതിനു കൂലി ഒരിക്കലും ആവശ്യപ്പെടരുതു്. ആദർശാത്മകമായ അവസ്ഥയിൽ ഡോക്ടർ

10. Young India. 26-3-'31. (ഞാൻ സ്വപ്നം കാണുന്ന ഇൻഡ്യ, പുറം 37)
11. Harijan, 1-6-'35 (ഞാൻ സ്വപ്നം കാണുന്ന ഇൻഡ്യ, പുറം 59)
12. Harijan, 29-6-'35 (Truth is God, p. 118)

മാരും, വക്കീലന്മാരും മററും, സ്വന്തലാഭത്തിനല്ല, സമുദായത്തിന്റെ നന്മയ്ക്കുവേണ്ടി മാത്രം പ്രവർത്തിക്കും.

ഭക്ഷണത്തിനുവേണ്ടി അദ്ധ്വാനിക്കണമെന്നുള്ള നിയമത്തോടുള്ള അനുസരണം സമുദായഘടനയിൽ ശബ്ദരഹിതമായ ഒരു വിപ്ലവം ഉണ്ടാക്കും. നിലനില്പിനുവേണ്ടിയുള്ള സമരത്തിന്റെ സ്ഥാനത്തു പരസ്പരസേവനത്തിനുള്ള സമരത്തെ പ്രതിഷ്ഠിക്കുന്നതിലായിരിക്കും മനുഷ്യന്റെ വിജയം. മൃഗത്തിന്റെ നിയമം മാറി മാനുഷനിയമം തൽസ്ഥാനത്തു വരും.

13

ആഹാരത്തിനുവേണ്ടി അദ്ധ്വാനിക്കുകയെന്ന കർത്തവ്യവും, അതിൽ അന്തർഭവിച്ചിരിക്കുന്ന മററു കാര്യങ്ങളും സ്വമേധയാ അംഗീകരിക്കുകയെന്നാണ് 'ഗ്രാമത്തിലേക്കുള്ള തിരിച്ചുപോക്കു' എന്നതുകൊണ്ടു് അർത്ഥമാക്കുന്നതു്. എന്നാൽ 'ഭാരതത്തിലെ ദശലക്ഷക്കണക്കിനു ശിശുക്കൾ ഗ്രാമത്തിൽ താമസിക്കുന്നു; എങ്കിലും അവർ അരപ്പട്ടിണിയിലാണു ജീവിക്കുന്നതു്' എന്നാണു് വിമർശകർ പറയുന്നതു്. നിർഭാഗ്യവശാൽ ഇതു വളരെ വാസ്തവമാണു്. ഭാഗ്യവശാൽ നമുക്കും അറിയാം. അവർ സ്വമനസ്സാലെ ആ കർത്തവ്യം അനുസരിക്കുകയല്ലെന്നു്. സാധിക്കുമെങ്കിൽ അവർ ശരീരാദ്ധ്വാനം കൂടാതെ കഴിക്കും; താമസസൗകര്യം കിട്ടുമെങ്കിൽ ഏററവും അടുത്ത നഗരത്തിൽ ഓടിപ്പോവുകയും ചെയ്യും. നിർബന്ധം കൊണ്ടു് ഒരു യജമാനനെ അനുസരിക്കുന്നതു് അടിമത്തമാണു്; മനസ്സോടെ ഒരാൾ തന്റെ പിതാവിനെ അനുസരിക്കുന്നതു് പുത്രത്വത്തിന്റെ മഹത്വവുമാണു് അപ്രകാരംതന്നെ, ഭക്ഷണത്തിനുവേണ്ടി അദ്ധ്വാനിക്കുകയെന്ന നിയമം നിർബന്ധമൂലം അനുസരിക്കുമ്പോൾ ദാരിദ്ര്യം, രോഗം, അസംതൃപ്തി ഇവ ഉണ്ടാകുന്നു. അതു് ഒരു അടിമത്തമാണു്. മനസ്സോടെ ആ നിയമം അനുസരിച്ചാൽ സംതൃപ്തിയും ആരോഗ്യവും കൈവരുന്നു. സ്വർണവും വെള്ളിയുമല്ല, ആരോഗ്യമാണു് യഥാർത്ഥ സമ്പത്തു്.

14

നമ്മുടെ രാജ്യത്തെ രൂക്ഷമായ തൊഴിലില്ലായ്മയും, ദാരിദ്ര്യവും കണ്ടു ഞാൻ കരഞ്ഞുപോയിട്ടുണ്ടു്. എന്നാൻ നമ്മുടെ അലസതയും, അജ്ഞതയുമാണു് അതിനു മുഖ്യകാരണമെന്നു് എനിക്കു സമ്മതിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. അദ്ധ്വാനത്തിന്റെ അന്തസ്സ് നാം ശരിയായി അറിയുന്നില്ല. അതുകൊണ്ടു ചെരുപ്പുകുത്തി ചെരുപ്പുണ്ടാക്കുകയല്ലാതെ മററൊന്നും ചെയ്യുകയില്ല. മറെറല്ലാ ജോലികളും അവന്റെ അഭിമാനത്തിനു പോരാത്തതായി അവൻ കരുതുന്നു.

13. Harijan, 29–6–'35 (India of My Dreams, p. 59)
14. Harijan, 19–12–'36 (Towards Non-violent Socialism, p. 143)

ഈ തെററായ ധാരണ പോകണം; സത്യസന്ധമായി കൈകാലുകൾകൊണ്ടു് അദ്ധ്വാനിക്കുന്നവനു് ഇൻഡ്യയിൽ ധാരാളം ജോലിയുണ്ടു്. അവനവൻെറ ദിനംപ്രതിയുള്ള ആഹാരത്തിൽ കൂടുതൽ സമ്പാദിക്കത്തക്കവണ്ണം അദ്ധ്വാനിക്കുന്നതിനും സമ്പാദിക്കുന്നതിനുമുള്ള ശേഷി ഓരോരുത്തനും ഈശ്വരൻ നൽകിയിട്ടുണ്ടു്. ആ ശേഷി ഉപയോഗിക്കുന്നതിനു തയ്യാറുള്ളവനു നിശ്ചയമായും ജോലി കിട്ടും. ശരിയായ മാർഗത്തിൽ സമ്പാദിക്കണമെന്നു് ആഗ്രഹിക്കുന്നവനു് ഒരു ജോലിയും നികൃഷ്ടമല്ല. ദൈവദത്തമായ കൈകാലുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതിനു തയ്യാറായാൽ മതി.

15

'രണ്ടുമൂന്നു കുട്ടികളുടെ പിതാവായിത്തീർന്ന നിർഭാഗ്യവാനായ ഒരു മട്രിക്കുലേഷൻകാരനോ, അണ്ടർ ഗ്രാഡ്യുവേററോ ജീവിക്കുവാൻ മതിയായ ഒരു വേതനം ലഭിക്കുന്നതിനു് എന്തു ചെയ്യണം?' എന്നു് ഒരു വിദ്യാർത്ഥി ചോദിക്കുന്നു.

തൻെറ ഭാര്യയെയും കുട്ടികളെയും സംരക്ഷിക്കുവാൻ അറിയാൻ പാടില്ലാത്തവനോ തൻെറ ഇഷ്ടത്തിനു വിപരീതമായി വിവാഹം കഴിച്ചവനോ ആയ ഒരു വിദ്യാർത്ഥിക്കു വിദ്യാഭ്യാസംകൊണ്ടു യാതൊരു പ്രയോജനവും ഉണ്ടായിട്ടില്ല, എന്നാണു് അതിനു കൊടുക്കുവാൻ എനിക്കുള്ള ഏററവും ലളിതമായ ഒരു മറുപടി. എന്നാൽ അയാളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അതെല്ലാം കഴിഞ്ഞുപോയ കഥയാണു്. കുഴങ്ങിയിരിക്കുന്ന ആ വിദ്യാർത്ഥിക്കു സഹായകരമായ ഒരു മറുപടിക്കു് അവകാശമുണ്ടു്. തനിക്കു് ആവശ്യമുള്ളതെന്താണെന്നു് അയാൾ പറയുന്നില്ല. താൻ ഒരു മട്രിക്കുലേററു് ആയതുകൊണ്ടു് അയാളുടെ ആഗ്രഹം കൂടിപ്പോയിട്ടില്ലെങ്കിൽ ഒരു സാധാരണ തൊഴിലാളിയോടു സമനായി സ്വയം കണക്കാക്കുമെങ്കിൽ, അയാൾക്കു നിത്യവൃത്തി നേടുന്നതിനു പ്രയാസമുണ്ടാകയില്ല. തൻെറ കൈകാലുകൾ ബുദ്ധിപൂർവ്വം ഉപയോഗിക്കുന്നതിനു് അയാളുടെ വിദ്യാഭ്യാസം അയാളെ സഹായിക്കുമെന്നുള്ളതിനാൽ ബുദ്ധിവികസനത്തിനു് അവസരം കിട്ടാത്ത തൊഴിലാളിയേക്കാൾ നന്നായി ജോലി ചെയ്യാൻ അയാൾക്കു കഴിയണം. ഇംഗ്ലീഷു് പഠിക്കാത്ത തൊഴിലാളികൾക്കു ബുദ്ധിയില്ല എന്നല്ല ഇതിൻെറ അർത്ഥം. ദൗർഭാഗ്യവശാൽ തൊഴിലാളികൾക്കു് അവരുടെ മനോവികാസത്തിനു ഒരിക്കലും അവസരം കിട്ടിയിട്ടില്ല. അതേസമയം മററു രാജ്യങ്ങളിൽ കാണാത്ത ചില ന്യൂനതകൾക്കിടയിലായാലും ഇവിടെ സ്കൂളുകളിൽക്കൂടി കടന്നുപോകുന്നവർക്കു മനോവികാസം സിദ്ധിക്കുന്നുമുണ്ടു്. മാനസികമായി ഈ യോഗ്യത നേടുന്നുണ്ടെങ്കിലും, വിദ്യാലയങ്ങളിൽവച്ചു മനസ്സിൽ പതിയുന്ന അന്തസ്സിനെക്കുറിച്ചുള്ള തെററായ

15. Harijan, 9-2-'37(To the Students, p. 223)

ധാരണകരം അതിനെ ഫലശൂന്യമാക്കുന്ന ഒരു എതിർശക്തിയായി ത്തീരുന്നു. തൽഫലമായി മേശസ്സൂട്ടത്തിരുന്നുള്ള ജോലികൊണ്ടുമാത്രമേ ഉപജീവനം കഴിക്കാവൂ എന്നു വിദ്യാർത്ഥികരം വിചാരിക്കുന്നു. അതിനാൽ ചോദ്യകർത്താവു തൊഴിലിൻെറ അന്തസ്സു മനസ്സിലാക്കുകയും ആ മാർഗത്തിലൂടെ തൻെറയും കുടുംബത്തിൻേറയും സംരക്ഷണത്തിനു വേണ്ടതു നേടുകയും ചെയ്യണം.

അയാളുടെ ഭാര്യ വിശ്രമവേളകരം കുടുംബത്തിൻെറ വരുമാനം വർധിപ്പിക്കാൻവേണ്ടി പ്രവർത്തിക്കാതിരിക്കാൻ ഒരു കാരണവുമില്ല. അതുപോലെ കുട്ടികരംക്ക് എന്തെങ്കിലും ജോലി ചെയ്യുവാൻ കഴിയുമെങ്കിൽ ഫലപ്രദമായ ജോലി ചെയ്യുന്നതിന് അവരേയും പ്രേരിപ്പിക്കണം. ഗ്രന്ഥപാരായണംകൊണ്ടു മാത്രമേ ബുദ്ധി വികസിപ്പിക്കാനാവൂ എന്ന തികച്ചും തെററായ ധാരണ നീക്കി, ശാസ്ത്രീയമായ രീതിയിൽ കൈത്തൊഴിൽ ചെയ്യുകയാണു മനോവികാസത്തിനുള്ള ഏററവും എളുപ്പമായ മാർഗം എന്നു മനസ്സിലാക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. കൈയോ ആയുധമോ ഒരു പ്രത്യേക രീതിയിൽ പ്രയോഗിക്കുന്നതെന്തിനാണെന്നു തൊഴിൽ പരിശീലിക്കുന്ന ആളിനെ പഠിപ്പിക്കുമ്പോരം അവൻെറ ബുദ്ധി യഥാർത്ഥത്തിൽ വികസിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു. വിദ്യാർത്ഥികരം സാധാരണതൊഴിലാളികളോടൊപ്പം തങ്ങളേയും കണക്കാക്കിയാൽ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ തൊഴിലില്ലായ്മ പ്രശ്നം അനായാസേന പരിഹരിക്കപ്പെടും.

16

ബുദ്ധിപരമായ ജോലി പ്രാധാന്യമുള്ളതാണ്. ജീവിതത്തിൽ അതിനു സംശയരഹിതമായ ഒരു സ്ഥാനവുമുണ്ട്. എന്നാൽ ഞാൻ ഊന്നിപ്പറയുന്നതു കായികാദ്ധ്വാനത്തിൻെറ ആവശ്യകതയേക്കുറിച്ചാണ്. ആ ബാദ്ധ്യതയിൽനിന്നു ഒരു മനുഷ്യനും സ്വതന്ത്രനായിരിക്കുവാൻ പാടില്ലെന്നാണു ഞാൻ വാദിക്കുന്നതു്. അവൻെറ ബുദ്ധിയിൽനിന്നുത്ഭവിക്കുന്ന സൃഷ്ടികളുടെ ഗുണംപോലും വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനു് അതു സഹായകമാവും. പഴയകാലത്തു ബ്രാഹ്മണർ ബുദ്ധികൊണ്ടെന്നപോലെതന്നെ ദേഹംകൊണ്ടും അദ്ധ്വാനിച്ചുവന്നുവെന്നു പറയുവാൻ ഞാൻ ധൈര്യപ്പെടുന്നു. ഇനി അവർ അങ്ങനെ ചെയ്തിരുന്നില്ലെങ്കിൽത്തന്നെയും ഇക്കാലത്തു ദേഹാദ്ധ്വാനത്തിൻെറ ആവശ്യകത തെളിഞ്ഞുകഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ടു്.

17

'എൻെറ പിതാവു സൗത്തിൻഡ്യൻ റെയിൽവെയിൽ ഒരു ഉദ്യോഗസ്ഥനാണ്. അദ്ദേഹത്തിനു് എന്നേക്കാരം ഇളയ നാലു കുട്ടികളുണ്ടു്. ഞാൻ ഒരു തൊഴിൽപരിശീലനത്തിലേർപ്പെടണമെന്നു്

16. Harijan, 23–2–1947 (Towards Non-violent Socialism, p. 18)
17. Harijan, 6–4–1940 (To the Students, p. 248)

അദ്ദേഹം ആഗ്രഹിക്കുന്നു. അടുത്തുതന്നെ വരാൻപോകുന്ന സിവിൽ നിയമലംഘനത്തിൽ ഞാൻ പങ്കെടുത്താൽ അദ്ദേഹത്തെ പരിച്ചവിട്ടേക്കും കുടുംബം പട്ടിണിയായേക്കും. അദ്ദേഹം പറയുന്നതു്, സൃഷ്ടിപരമായ പ്രവർത്തനത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടുകൊണ്ടു് ഞാൻ ദേശത്തെ സേവിച്ചാൽ മതിയെന്നാണു്. അങ്ങയുടെ ഉപദേശമെന്താണു്?'

നിങ്ങളുടെ അച്ഛൻ പറയുന്നതു ശരിയാണു്. നിങ്ങൾ മാത്രമാണു കുടുംബത്തിനുവേണ്ട ഉപജീവനമാർഗ്ഗമുണ്ടാക്കാനുള്ള ആളെങ്കിൽ സിവിൽനിയമലംഘനത്തിൽ പങ്കെടുക്കാനായി, ആ കുടുംബത്തെ അതിന്റെ വിധിക്കു വിട്ടുകൊടുക്കാൻ നിങ്ങൾക്കു സാധ്യമല്ല. ഉത്സാഹപൂർവം സൃഷ്ടിപരമായ പ്രവർത്തനപരിപാടികളിൽ ഏർപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ നിങ്ങൾക്കു സിവിൽ നിയമലംഘനം കൊണ്ടുള്ളത്ര തന്നെ ഫലപ്രദമായി രാജ്യത്തെ സേവിക്കാൻ സാധിക്കും.

ഡി. നൂൽനൂൽപ്പു്. ഫലപ്രദമായ ഒരു ഗാർഹികവൃത്തി

18

കൈകൊണ്ടു നൂൽ നൂൽക്കുന്നതും നെയ്യുന്നതും പുനരുജ്ജീവിപ്പിച്ചാൽ അതു ഭാരതത്തിന്റെ സാമ്പത്തികവും സാന്മാർഗികവുമായ പുനരുദ്ധാരണത്തിനുള്ള ഏററവും വലിയ സംഭാവനയായിരിക്കുമെന്നു് എനിക്കു ബോധ്യമുണ്ടു്. ജനലക്ഷങ്ങൾക്കു കൃഷിക്കുപുറമെ ലളിതമായ ഒരു വ്യവസായം കൂടെ വേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. വർഷങ്ങൾക്കുമുമ്പു നൂൽനൂൽപ്പു് ഇവിടത്തെ കുടിൽവ്യവസായമായിരുന്നു. ദരിദ്രലക്ഷങ്ങളെ പട്ടിണിയിൽനിന്നു മോചിപ്പിക്കണമെങ്കിൽ അവരുടെ വീടുകളിൽ നൂൽനൂൽപ്പു പുനരാരംഭിക്കുന്നതിനു് അവരെ സഹായിക്കുകയും ഓരോ ഗ്രാമത്തിലും അവിടേയ്ക്കുവേണ്ട നെയ്ത്തുകാർ വീണ്ടും ഉണ്ടാകുകയും ചെയ്യണം.

19

നിങ്ങൾ (സ്ത്രീകൾ) ഓരോരുത്തരും വിശ്രമവേളകളിൽ നൂൽനൂല്ക്കേണ്ടതു് അത്യാവശ്യമാണു്. പുരുഷന്മാരോടും ബാലന്മാരോടും നൂൽനൂല്ക്കണമെന്നു ഞാൻ നിർദേശിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അവരിൽ ആയിരക്കണക്കിനാളുകൾ നിത്യവും നൂൽനൂൽക്കുന്നുണ്ടെന്നെനിക്കറിയാം. എന്നാൽ പഴയതുപോലെ നൂൽനൂൽപ്പിന്റെ പ്രധാനഭാരം നിങ്ങളുടെ ചുമലിൽത്തന്നെ ഇരിക്കേണ്ടതാണു്. ഇരുനൂറു വർഷങ്ങൾക്കു മുൻപു വീട്ടാവശ്യങ്ങൾക്കു മാത്രമല്ല വിദേശങ്ങളിലേക്കു കയററി അയയ്ക്കുന്നതിനുവേണ്ടിയും സ്ത്രീകൾ നൂൽ നൂററുകൊണ്ടിരുന്നു. പരു

---

18. Young India, 21-7-1920 (Khadi, p. 3)
19. Young India, 11-8-1921 (Women, p. 36)

കൻനൂൽ മാത്രമല്ല, ലോകത്തിലെവിടേയും എന്നുമുണ്ടായിട്ടുള്ളതിൽ വച്ച് ഏററവും നേർമയേറിയ നൂലും അവർ നൂററുകൊണ്ടിരുന്നു. നമ്മുടെ പൂർവികർ നൂററിരുന്ന വിധം നേർത്ത നൂൽ ഒരു യന്ത്രത്തിലും ഇതുവരെ നൂററിട്ടില്ല.....നിത്യവൃത്തിക്കുള്ള ഒരു മാർഗമായി നൂൽ നൂൽപിനെ കരുതരുത്. ഇടത്തരക്കാക്ക് അതു കുടുംബത്തിലെ വരവിൻെറ കുറവു പരിഹരിക്കുന്ന ഒന്നാകണം. വളരെ സാധുക്കളായ സ്ത്രീകൾക്ക് അതു നിസ്സംശയമായും ഒരു ഉപജീവനമാർഗവുമായിരിക്കും. പണ്ടത്തെപ്പോലെ ചക്ക് വിധവയുടെ പ്രിയസഖിയായിരിക്കണം. എന്നാൽ ഈ അഭ്യർത്ഥന വായിക്കുന്ന നിങ്ങളുടെ മുന്നിൽ ഒരു ധർമമെന്ന നിലയിലാണ് ഇതു സമർപ്പിക്കപ്പെടുന്നത്. ഭാരതത്തിലെ ധനസൗകര്യമുള്ള സ്ത്രീകളെല്ലാം ദിവസംതോറും കുറച്ചു നൂൽ നൂല്ക്കുമെങ്കിൽ അവർ നൂലിൻെറ വില കുറയ്ക്കുകയും വേണ്ടത്ര നേർമ മററുവിധത്തിൽ വരുത്താവുന്നതിലുമെത്രയോ വേഗത്തിൽ കൈവരുത്തുകയും ചെയ്യും.

20

ആഹാരത്തിനുവേണ്ടി അദ്ധ്വാനിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ലാത്ത ഞാൻ എന്തിനുവേണ്ടി നൂൽ നൂല്ക്കണം? എന്നായിരിക്കാം ചോദ്യം. എൻെറ സ്വന്തമല്ലാത്തതു ഞാൻ ഭക്ഷിക്കുന്നതുകൊണ്ട് എൻെറ രാജ്യക്കാരെ ചൂഷണം ചെയ്തുകൊണ്ടാണു ഞാൻ ജീവിക്കുന്നത്. നിങ്ങളുടെ കീശയിലെത്തുന്ന ഓരോ പൈസയുടെയും ഉത്പത്തി എവിടാണെന്ന് അന്വേഷിക്കുക. ഞാൻ ഈ എഴുതുന്നതിൻെറ പരമാർത്ഥം അപ്പോൾ നിങ്ങൾക്കു മനസ്സിലാകും.

നഗ്നക്കാവശ്യമായ തൊഴിൽ കൊടുക്കുന്നതിനുപകരം ആവശ്യമില്ലാത്ത വസ്ത്രം കൊടുത്ത് അവരെ ആക്ഷേപിക്കുന്നതിനു ഞാൻ തയ്യാറില്ല. അവരുടെ രക്ഷാധികാരിയായിരിക്കുക എന്ന പാപം ഞാൻ ചെയ്യില്ല. നേരേമറിച്ച് അവരെ നിർധനരാക്കുന്നതിനു ഞാനും സഹായിച്ചിട്ടുണ്ടെന്നു ഗ്രഹിക്കുമ്പോൾ അവക്ക് അപ്പക്കഷണങ്ങളോ ജീർണവസ്ത്രങ്ങളോ കൊടുക്കുകയല്ല എനിക്കുള്ള ഏററവും നല്ല ഭക്ഷണവും വസ്ത്രങ്ങളും അവക്കു കൊടുക്കുകയും അവരോടു ചേർന്നു ജോലി ചെയ്യുകയുമാണു ഞാൻ ചെയ്യുക.

21

ഇന്ത്യയിലെ ദാരിദ്ര്യവും തജ്ജന്യമായ അലസതയും മാററുവാൻ ഇന്നു കരഗതമായതിൽ ഏററവും വിപുലമായ യന്ത്രസാമഗ്രിയും ഉപയോഗിക്കുന്നതിനെ ഞാൻ അനുകൂലിക്കും. അതിദാരിദ്ര്യവും, തൊഴിലില്ലാ

20. Young India, 13-10-1921 (Selections from Gandhi, p. 48)
21. Young India, 3-11-1921 (Khadi, p. 3)

യ്മയും ഇല്ലാതാക്കുന്നതിനുള്ള ഒരേ ഒരെളുപ്പമാർഗമെന്ന നിലയിലാണ് കൈകൊണ്ടു നൂൽനൂൽപ്പ് ഞാൻ നിർദേശിച്ചിട്ടുള്ളതു്. ചക്രംതന്നെ ഒരു വിലയേറിയ യന്ത്രമാണ്. ഇന്ത്യയിലെ പ്രത്യേക സ്ഥിതിക്കു് അനുയോജ്യമായ പരിഷ്കാരങ്ങൾ അതിൽ വരുത്തുന്നതിനു് എന്റെ എളിയകഴിവിനനുസരിച്ചു ഞാൻ ശ്രമിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അതുകൊണ്ടു് ഇന്ത്യയേയും മാനവസമുദായത്തെയും സ്നേഹിക്കുന്ന ഒരുവനു തന്നോടുതന്നെ ചോദിക്കുവാനുള്ള ഒരേ ഒരു ചോദ്യം,ഇന്ത്യയിലെ ദുരിതവും കഷ്ടതയും നീക്കുന്നതിനു് ഏററവും പ്രായോഗികമായ മാർഗം എങ്ങനെ കണ്ടുപിടിക്കാമെന്നുള്ളതാണ്.

ഇന്ത്യയുടെ അസ്ഥിപഞ്ജരം വിഭാവനംചെയ്യുവാൻ അയാൾക്കു കഴിയണമെങ്കിൽ സ്വന്തം ഭൂമിയിൽ കൃഷി ചെയ്യുന്നവരും ആണ്ടിൽ ചുരുങ്ങിയതു നാലുമാസമെങ്കിലും പറയത്തക്ക ജോലിയൊന്നുമില്ലാതെ കഴിയുന്നവരും അതുകൊണ്ടു പട്ടിണിയുടെ വക്കത്തു ജീവിക്കുന്നവരുമായ എൺപതു ശതമാനം വരുന്ന കർഷകരെപ്പററി അയാൾ ചിന്തിക്കണം. ഇതാണു സാധാരണ അവസ്ഥ. സദാ ആവർത്തിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ക്ഷാമം മുൻപറഞ്ഞ നിർബന്ധിത തൊഴിലില്ലായ്മയെ ഗണ്യമായി വർധിപ്പിക്കുന്നു. തങ്ങളുടെ വളരെ ലഘുവായ ആദായമാർഗ്ഗങ്ങൾ വർധിപ്പിക്കുമാറു് ഈ പുരുഷന്മാർക്കും സ്ത്രീകൾക്കും സ്വഭവനത്തിൽവച്ചുതന്നെ നടത്താവുന്ന ജോലി എന്താണു്? അതു കൈകൊണ്ടുള്ള നൂൽനൂൽപാണെന്നുള്ളതിൽ ഇനിയും ആർക്കെങ്കിലും സംശയമുണ്ടോ?

22

ഒരുകാലത്തു നാം ധാന്യങ്ങൾ വിളയിച്ചു ഭക്ഷിച്ചു വന്നതുപോലെതന്നെ, പഞ്ഞി കൃഷിചെയ്തു വീട്ടിൽത്തന്നെ നൂൽനൂററു് അതിൽനിന്നും നമ്മുടെ നെയ്ത്തുകാർ നെയ്യുന്ന വസ്ത്രം ധരിക്കുക എന്നതായിരുന്നു നമ്മുടെ ദേശീയസാമ്പത്തികനയം. ഇതിൽ ആദ്യഭാഗം ഇപ്പോഴും ശരിയാണ്. എന്നാൽ രണ്ടാമത്തെ ഭാഗം ഏറക്കുറെ അങ്ങനെ അല്ലാതായിരിക്കുന്നു. ഒരുവൻ ഭക്ഷണത്തിനു ചെലവാക്കുന്നതിന്റെ പത്തു ശതമാനം പ്രായേണ വസ്ത്രത്തിനു ചെലവാക്കുന്നു. അതിനാൽ നമ്മുടെ വരവിന്റെ പത്തുശതമാനം നമ്മുടെയിടയിൽത്തന്നെ ചെലവഴിക്കുന്നതിനുപകരം അതു് ഇംഗ്ലണ്ടിലേക്കയയ്ക്കുകയോ നമ്മുടെ മില്ലുകൾക്കുതന്നെ കൊടുക്കുകയോ ചെയ്യുന്നു. അതിന്റെ അർത്ഥം, നാം അത്രയും അധ്വാനം നഷ്ടപ്പെടുത്തുകയും ആ ഇടപാടിൽ വസ്ത്രത്തിനുവേണ്ടി പണം ചെലവാക്കുകയും തൽഫലമായി രണ്ടുഭാഗത്തും നഷ്ടം സഹിക്കേണ്ടിവരികയും ചെയ്യുന്നു എന്നാണ്. ഇതുമൂലം ഭക്ഷണത്തിന്റെകാര്യത്തിൽ നാം ലുബ്ധു

22. Young India, 8-1-1925 (Selections from Gandhi, p. 56)

കാണിക്കുകയും വസ്ത്രത്തിനുവേണ്ടി ചെലവുണ്ടാക്കാൻ വഴിയുണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു; അങ്ങനെ ദിനംതോറും അധികമധികം ദുരിതത്തിൽ നാം മുഴുകുന്നു. കൃഷിയും, നൂൽനൂൽപ്പും, നെയ്ത്തും നമ്മുടെ വീടുകളിൽനിന്നും ഗ്രാമങ്ങളിൽനിന്നും മറയുകയാണെങ്കിൽ നാം തീർച്ചയായും നശിക്കും.

23

നാം ഓരോരുത്തരും ഭക്ഷിക്കുകയും, കുടിക്കുകയും വസ്ത്രം ധരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതുപോലെതന്നെ നൂൽനൂല്ക്കുകയും ചെയ്യണം.

24

സ്വന്തം ഉപയോഗത്തിന് ഒരു സാധനം ഉണ്ടാക്കുമ്പോൾ അതിന്റെ പണിയെല്ലാം എത്രത്തോളം ഒരു കുടുംബത്തിൽത്തന്നെയോ, ഒരാളുതന്നെയോ ചെയ്യുന്നുവോ അത്രത്തോളം സമയവും പണവും കൂടുതലായി ലാഭിക്കുവാൻ സാധിക്കും. ഒരാൾക്കു സ്വന്തമെന്നു കുറച്ചുനാളത്തേക്കെങ്കിലും പറയാവുന്ന ഭൂമി ഉണ്ടായിരിക്കുകയും അയാൾ അതിൽ ദിവസംതോറും ജോലിചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ടെങ്കിൽ അയാളോ അയാളുടെ ആൾക്കാരോ ഒഴിവുസമയങ്ങളിൽ ചെയ്യുന്ന ജോലികൊണ്ടുമാത്രം അയാൾക്കു വേണ്ടത്ര ഖാദി ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയും. ഓരോരുത്തർക്കും ഒരു ചെലവുംകൂടാതെ ഖാദി എങ്ങനെ ഉണ്ടാക്കാം എന്നതു സംബന്ധിച്ച് ആവശ്യമായ നിർദേശം മാത്രമേ അയാൾക്കു ലഭിക്കേണ്ടതുള്ളൂ. തുല്യസമയത്തിനു തുല്യവേതനം എന്ന സമ്പ്രദായത്തിൽ ജോലിക്കാർക്കു കൂലി കൊടുക്കുകയാണെങ്കിൽ, ഏററവും വലിയ മുതൽമുടക്കു വേണ്ടിവരുന്നതു് നൂൽനൂല്പിനാണ്. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ ഒരു വാര ഖാദിവസ്ത്രം നെയ്യുന്നതിനു് ആവശ്യമായ നൂൽ നൂല്ക്കാൻ, അതിനു മുൻപോ പിൻപോ ഉള്ള ഏതു ജോലിയെക്കാളും കൂടുതൽ സമയം എടുക്കും. ഒരാൾതന്നെ പഞ്ഞി കടയുകയും തിരിയുണ്ടാക്കുകയും നൂൽനൂല്ക്കുകയും ചെയ്താൽ (അതെളുപ്പം ചെയ്യാം) അയാൾക്ക് ഏറെക്കുറെ മിൽത്തുണിയുടെ വിലയ്ക്കുതന്നെ ഖാദിവസ്ത്രം കിട്ടും. ഒരു സാധനത്തിന്റെ വില അതുണ്ടാക്കുന്നതിനുള്ള യത്നത്തിന്റെ വിലയെയാണു കുറിക്കുന്നതു്. അതുകൊണ്ടു് ഈ യത്നം മുഴുവനും അതുപയോഗിക്കുന്ന ആളിൽനിന്നുതന്നെ (അയാളുടെ വിശ്രമവേളകളിൽ) യാണുണ്ടാകുന്നതെങ്കിൽ സാധനത്തിന്റെ വില ഏറെക്കുറെ പൂജ്യമായിരിക്കും. സ്വയം പര്യാപ്തമായ ഖാദി ഇടത്തരക്കാരെ തികച്ചും ഇല്ലാതാക്കുന്നു. ഗ്രാമങ്ങളിലെ അരപ്പട്ടിണിക്കാരായ ജനലക്ഷങ്ങളുടെ ആദായം ഗണ്യമായ തോതിൽ വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള ഏററവും എളുപ്പമായ മാർഗം ഇതാണ്.

---

23. Young India, 28–5–'25 (Khadi, p. 27)
24. Harijan, 3–8–'35 (Khadi, p. 32)

എന്നാൽ ഗ്രാമവാസി സ്വയം പര്യാപ്തമായ ഖാദി ഉണ്ടാക്കുന്നതിൽ എന്നെങ്കിലും ഏർപ്പെടുമോ? പർവതങ്ങളെ നീക്കുവാൻ പോരുന്ന സജീവമായ വിശ്വാസവും, അതോടൊപ്പം സാങ്കേതികപരിജ്ഞാനവും നമുക്കുണ്ടായിരിക്കുകയും പ്രവർത്തകന് ആവശ്യമായ നിപുണതയുണ്ടാക്കിക്കൊടുക്കുവാൻ നമുക്കു സാധിക്കുകയും ചെയ്താൽ—ഇതു നിസ്സംശയമായും പ്രയാസമുള്ളതാണ്—ഗ്രാമീണൻ അതിനൊരുങ്ങും.

25

ദശലക്ഷക്കണക്കിനാളുകളുടെ ഇടയിൽ നൂൽനൂല്പു പ്രചരിക്കുമ്പോൾ ഒരു കേന്ദ്രത്തിൽനിന്നുതന്നെ അവർക്കു പഞ്ഞിത്തിരികൾ വിതരണം ചെയ്യുന്നതിനു സാധ്യമല്ലാതെ വരും. ഇത്ര ആളുകൾക്കു നൂൽക്കാൻ വേണ്ട തിരിയുണ്ടാക്കാൻ ഒന്നോ രണ്ടോ ആളുകൾ എന്ന തോതിൽ ഓരോ കുടുംബത്തിലും—അഥവാ ഓരോ സംഘത്തിലും—തിരിയുണ്ടാക്കാൻ ഏർപ്പാടുചെയ്യാനേ പരമാവധി സാധിക്കുകയുള്ളൂ, ഓരോരുത്തരും സ്വന്തം ആവശ്യത്തിനുള്ള തിരി ഉണ്ടാക്കുകയെന്നതാണ് ഏററവും നല്ലതും കാലക്രമത്തിൽ ഏററവും വേഗത്തിൽ കാര്യം നടത്താനുതകുന്നതും മാതൃകാപരവുമായ മാർഗം. അതു നൂൽ നൂൽപു കുറെക്കൂടി രസകരമാക്കും. ജോലിയുടെ വൈവിധ്യം ഒരേ ജോലി തന്നെ ചെയ്യുന്നതിലുള്ള മുഷിവു പരിഹരിക്കുകയും ചെയ്യും.

ഇ. ചർക്ക: വീട്ടിൽ അതിൻെറ സ്ഥാനം

26

ചർക്ക വീട്ടിനു് ഒഴിച്ചുകൂട്ടാൻ പാടില്ലാത്തതും ഉപയോഗമുള്ളതുമായ ഒരു ഉപകരണമാണ്. അതു നമ്മുടെ രാജ്യത്തിൻെറ അഭിവൃദ്ധിയുടെയും തന്മൂലം സ്വാതന്ത്ര്യത്തിൻെറയും അടയാളമാണ്. അതു വാണിജ്യമൽസരത്തിൻെറയല്ല വാണിജ്യസമാധാനത്തിൻെറ അടയാളമാണ്. ഭൂമിയിലെ വിവിധ രാഷ്ട്രങ്ങളോടുള്ള വിദ്വേഷത്തിൻെറ സന്ദേശമല്ല, സൗമനസ്യത്തിൻെറയും സ്വാശ്രയത്തിൻെറയും സന്ദേശമാണ് അതു് ഉയർത്തിപ്പിടിക്കുന്നതു്. ഒരു ലോകത്തിൻെറ മുഴുവൻ സമാധാനത്തെ ഭീഷണിപ്പെടുത്തുകയും വിഭവങ്ങളെ ചൂഷണം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരു നാവികപ്പട അതിനു് ആവശ്യമില്ല. എന്നാൽ തങ്ങളുടെ ഭക്ഷണം സ്വന്തമായി വീടുകളിൽ പാകം ചെയ്യുന്നതുപോലെ സ്വന്തമായി വീടുകളിൽ തന്നെ തങ്ങൾക്കാവശ്യമുള്ള നൂലും നൂററുണ്ടാക്കുമെന്ന ധാർമികമായ ദൃഢനിശ്ചയം ദശലക്ഷക്കണക്കിനാളുകൾ എടുക്കേണ്ടതു് അതിനാവശ്യമാണ്.

---

25. Harijan, 22-2-'42 (Kahdi, p.158)
26. Young India, 8-12-'21 (Sarvodaya, p. 130)

27

ചർക്കാ, നമുക്ക് എല്ലാ പൊതുസാമൂഹ്യജീവിതത്തിന്റെയും അടിസ്ഥാനമാണ്. യാതൊരു വിധത്തിലുള്ള സ്ഥിരമായ പൊതുജീവിതവും അതുകൂടാതെ കെട്ടിപ്പടുക്കുവാൻ സാധ്യമല്ല. ഈ രാജ്യത്തെ ഏററവും എളിയവരോടു നമ്മെ അഭേദ്യമായി ബന്ധിക്കുന്നതും അങ്ങനെ അവർക്കു ഒരാശ കൊടുക്കുന്നതുമായ ഒരേ ഒരു കണ്ണിയാണ് അതു്. ഇതിനോടു മററു പലതും നമുക്കു കൂട്ടിച്ചേർക്കാം; ചേർക്കുകയുംവേണം. എന്നാൽ, ബുദ്ധിയുള്ള ഒരു ശില്പി മേലോട്ടു പണിയുന്നതിനുമുൻപ് താൻ ഇട്ട അടിസ്ഥാനം മതിയായതാണെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുന്നതുപോലെ നമുക്ക് ഇപ്പറഞ്ഞ വസ്തുത ഉറച്ച് അംഗീകരിക്കുക. കെട്ടിടത്തിന്റെ ബാഹ്യഭാഗം എത്ര വലുതാകുമോ അതനുസരിച്ച് അടിസ്ഥാനവും ആഴവും ബലവുമുള്ളതായിരിക്കണം. അതുകൊണ്ടു് ഈ ഫലം കൈവരുത്തണമെങ്കിൽ നൂൽനൂല്പ് ഇന്ത്യയിൽ സാർവത്രികമാക്കണം.

28

പണത്തിന്റെ ദൗർബല്യത്തെക്കാൾ തൊഴിലിന്റെ ദൗർബല്യമാണ് സാധാരണജനങ്ങളെ ബാധിച്ചിരിക്കുന്നതു്. തൊഴിൽ ധനമാണ്. ജനലക്ഷങ്ങൾക്ക് അവരവരുടെ കുടിലുകളിൽ മാന്യമായ തൊഴിൽ ഉണ്ടാക്കിക്കൊടുക്കുന്നവൻ അവർക്കു ഭക്ഷണവും വസ്ത്രവും (അഥവാ പണം—എല്ലാം ഒന്നുതന്നെയാണല്ലോ) ഉണ്ടാക്കിക്കൊടുക്കുന്നു. ചർക്കാ ഇപ്രകാരമുള്ള തൊഴിൽ നല്കുന്നു. അതിനാൽ, ഇതിലും മെച്ചമായ ഒരുപകരണം കണ്ടെത്തുന്നതുവരെ, ഈ രംഗത്തു് ഇതുതന്നെ തുടരണം.

29

സകല തിന്മകളുടെയും പ്രധാനകാരണവും അടിസ്ഥാനവും അലസതയാണ്. ഈ അടിസ്ഥാനകാരണമില്ലാതാക്കാൻ കഴിയുമെങ്കിൽ, മററു ശ്രമം കൂടാതെ തന്നെ മിക്ക തിന്മകളും പരിഹരിക്കാം. പട്ടിണി കിടക്കുന്ന ഒരു രാജ്യത്തിനു പ്രത്യാശയോ, ഉത്സാഹമോ അധികം ശേഷിക്കുന്നില്ല. രോഗം, വൃത്തിഹീനത എന്നിവയുടെ നേരെ അതു് അശ്രദ്ധമായിത്തീരുന്നു, എല്ലാ പരിഷ്കർത്താക്കളോടും 'എന്തു പ്രയോജനത്തിനാണ്?' എന്നു് അതു ചോദിക്കുന്നു ജനകോടികളെസ്സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം, ആ നിരാശയുടെ ശിശിരം നീക്കി പ്രത്യാശയുടെ വാസന്തസൂര്യപ്രകാശം അനുഭവപ്പെടുത്തുവാൻ ജീവസന്ദായകമായ ഈ ചക്രത്തിലൂടെ—ചർക്കയിലൂടെ—മാത്രമേ സാധിക്കൂ.

---

27. Young India, 4-9-'24 (Khadi, p. 109)
28. Young India, 18-6-'25 (Khadi, p. 5)
29. Young India, 27-8-'25 (Khadi, p. 6)

30

ബ്രഹ്മചര്യം ആചരിക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർക്കും എന്റെ സമ്മാനം ചർക്കയാണ്. ഇതു തള്ളിക്കളയേണ്ട ഒരു കാര്യമല്ല. കാരണം, ഇതനുഭവത്തിൽനിന്നാണു സംസാരിക്കുന്നത്. വികാരങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന ഒരുവനു ശാന്തി ആവശ്യമാണ്, അവനിലുള്ള വികാരാവേശങ്ങൾക്ക് ഒരറുതി വരണം. വിശ്വാസത്തിന്റെ നിറവോടുകൂടി ചർക്ക തിരിച്ചിട്ടുള്ളവരുടെ വികാരങ്ങളെ പ്രശാന്തമാക്കുവാൻ അതിനു കഴിഞ്ഞിട്ടുള്ളതായി അറിവുണ്ട്. അത്രമാത്രം ശാന്തവും, സൗമ്യവുമാണു ചർക്കയുടെ ചലനം. അതു കറക്കിക്കൊണ്ട് എന്റെ കോപം എനിക്ക് അടക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. മററു പല ബ്രഹ്മചാരികളുടെയും ഇതുപോലെയുള്ള അനുഭവം എനിക്കു ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുവാൻ കഴിയും. അങ്ങനെയുള്ളവർ, എല്ലാവരും വിഡ്ഢികളും മൂഢന്മാരുമാണെന്നു പരിഹസിക്കാൻ എളുപ്പമാണ്. പക്ഷേ ഒടുവിൽ അത് അത്ര മോശമല്ലെന്നു മനസ്സിലാകും. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ തന്റെ വികാരങ്ങളെ അടക്കി ഓജസ്സും ശക്തിയും ആർജിക്കുന്നതിനുള്ള സുന്ദരമായ ഒരുപാധിയാണ് പരിഹാസി തന്റെ ദ്വേഷ്യത്തിൽ നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്നത്. അതിനാൽ ഇതു വായിക്കുന്ന ഓരോ യുവാവിനോടും യുവതിയോടും എനിക്കു പ്രത്യേകം ശുപാർശചെയ്യുവാനുള്ളതു ചർക്ക ഒന്നു പരീക്ഷിച്ചുനോക്കണമെന്നാണ്. നൂൽ നൂല്ക്കുന്നതിനിരുന്നാൽ അധികം താമസിയാതെ അവരുടെ ക്ഷോഭങ്ങൾ അടങ്ങാൻ തുടങ്ങുന്നതായി അവർക്കനുഭവപ്പെടും. നൂൽനൂല്പ് നിർത്തിക്കളഞ്ഞാലും ആ ശാന്തി ദിവസം മുഴുവൻ നിലനില്ക്കുമെന്നു ഞാൻ പറയുന്നില്ല. എന്തെന്നാൽ മനുഷ്യന്റെ ക്ഷോഭങ്ങൾ കാററിനെക്കാൾ വേഗതയുള്ളതാണ്. അവയെ പൂർണമായി അടക്കുന്നതിന് അതിരററ ക്ഷമ ആവശ്യമാണ്. സ്ഥൈര്യം വളർത്തിയെടുക്കുന്നതിനുള്ള ശക്തിയേറിയ ഒരുപാധി അവർ ചർക്കയിൽ കണ്ടെത്തും എന്നു മാത്രമേ ഞാൻ അവകാശപ്പെടുന്നുള്ളൂ.

31

ദർഭംഗയിലെ ഖാദികേന്ദ്രങ്ങളിലേക്ക് എന്റെകൂടെവന്ന് അവിടത്തെ ഹിന്ദുമുസ്ളീം സ്ത്രീകൾക്കു ചർക്ക നല്കിയിരിക്കുന്ന സന്തോഷവും സൗഭാഗ്യവും കാണുക. കൂടുതൽ ജോലി നല്കുവാൻ അതിനു സാധിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ കുററം എന്റേതല്ല, നിങ്ങളുടേതാണ്. അവരുടെ ഉത്പന്നങ്ങൾ വാങ്ങുന്നതിനു നിങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ ഈ ജോലി പുരോഗമിക്കുകയില്ല. നിങ്ങൾ വാങ്ങിക്കുന്ന ഓരോ ഗജത്തുണിയും ആ സ്ത്രീകളുടെ കൈയിൽ കുറെ ചെമ്പു

---

30. Young India, 17-5-'26 (Khadi, p. 9)
31. Young India, 10-2-'27 (Women, p. 36)

ത്തുട്ടുകരം എത്തിക്കുന്നു—കുറച്ചു ചെമ്പുതുട്ടുകരംമാത്രം; ഒട്ടും അധികമില്ല. പക്ഷേ, മുൻപു ശൂന്യമായിരുന്ന കൈകളിലാണു കുറച്ചു ചെമ്പുതുട്ടുകരം എത്തുന്നതെന്നോർക്കണം. ഭാരതത്തിലെ സ്ത്രീകളിൽ ഒരു വലിയ ഭാഗത്തിനു ദിവസം ഒരണവീതംപോലും കിട്ടുന്നില്ല. അങ്ങനെയുള്ള സ്ത്രീകരംക്കു വേണ്ടിയാണു ഞാൻ എന്റെ ചക്കയും ഭിക്ഷാപാത്രവുമായി ഈ രാജ്യത്തു് അലയുന്നതു്.

32

ജനലക്ഷങ്ങരം തങ്ങളുടെ കൈകളെ കൈകളായി ഉപയോഗിക്കുന്നതിനു വിരാമമിട്ടിരിക്കുന്നുവെന്നതു് ഒരൊന്നാന്തരം ദുരന്തമാണു്. മനുഷ്യജീവികളായ നമുക്കു പ്രകൃതി നൽകിയിരിക്കുന്ന ഈ കഴിവു നാം തികച്ചും കുററകരമായി പാഴാക്കുന്നതിനു പ്രകൃതിതന്നെ നമ്മോടു പ്രതികാരം ചെയ്യുകയാണു്; അതിനു ഫലം ഭയങ്കരമാകുന്നുമുണ്ടു്. ആ കഴിവു മുഴുവനായി പ്രയോജനപ്പെടുത്തുവാൻ നാം വിസമ്മതിക്കുന്നു. ചുരുക്കം ചില സംഗതികളുടെ കൂട്ടത്തിൽ കൈകളുടെ സവിശേഷമായ പ്രവർത്തനമാണു നമ്മെ മൃഗത്തിൽനിന്നും വേർതിരിക്കുന്നതു്. നമ്മിൽ ദശലക്ഷക്കണക്കിനാളുകരം കൈകളെ വെറും കാലുകളായി ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നു. അതിന്റെ ഫലം അവരം (പ്രകൃതി) നമ്മുടെ ശരീരത്തെയും മനസ്സിനെയും പട്ടിണിയിടുന്നു എന്നതാണു്.

ചർക്കയ്ക്കു മാത്രമേ സാഹസികമായ ഈ ദുർവ്യയത്തിനു് ഒരറുതി വരുത്തുവാൻ സാധിക്കുകയുള്ളൂ.

33

നമ്മുടെ രാജ്യത്തിൽ ഒരാളുടെ ഒരു ദിവസത്തെ ശരാശരി വരവു് എത്രയാണെന്നു് അറിയാമോ? നമ്മുടെ സാമ്പത്തികവിദഗ്ദ്ധർ പറയുന്നതു്, ഒരണ, ആറുപൈ ആണെന്നാണു്. അതുതന്നെ തെററു ധാരണ ഉളവാക്കുന്നതാണു്. ഒരു നദിയിൽ ഒരിടത്തു് ആറടിയും മറെറാരിടത്തു രണ്ടടിയും ആഴമുണ്ടെങ്കിൽ. ശരാശരി നാലടിയാണു് ആഴമെന്നു കണക്കാക്കി ആ നദി ഇറങ്ങിക്കടക്കുവാൻ ഒരാരം ശ്രമിച്ചാൽ അയാരം മുങ്ങിച്ചാവുകയില്ലേ? അങ്ങനെയാണു സ്ഥിതിവിവരക്കണക്കുകരം വഴിപിഴപ്പിക്കുന്നതു്. ശരാശരി വരുമാനം കണക്കാക്കുന്നതു സാധുവിന്റെ വരുമാനവും വൈസ്രോയിയുടെയും കോടീശ്വരന്മാരുടെയും വരുമാനവും ഒന്നിച്ചുകൂട്ടി അതിൽനിന്നാണു്. അതുകൊണ്ടു യഥാർത്ഥവരുമാനം ആളൊന്നുക്കു മൂന്നു പൈസ വീതംപോലും വരുകയില്ല. ആ നിലയ്ക്കു ചക്കാ ഉപയോഗിച്ചു

32. Young India, 17-2-'27 (Khadi, p. 12)
33. Young India, 17-3-'27 (Khadi, p. 6)

ആ വരുമാനത്തിനോട് മൂന്നുപൈസായെങ്കിലും കൂട്ടുന്നതിനു് എനിക്കു സാധിച്ചാൽ ഞാൻ ചക്കയെ എന്റെ കാമധേനു എന്നു വിളിക്കുന്നതു ശരിയല്ലേ? ഇന്ത്യയിൽ ദാരിദ്ര്യം ഇല്ലെന്നും കുറച്ചു പൈസാപോലും ഇല്ലാത്തതുകൊണ്ടു പട്ടിണികിടക്കുന്ന ആളുകളില്ലെന്നും ആരെങ്കിലും എന്നെ ബോധ്യപ്പെടുത്തിയാൽ ഞാൻ എനിക്കു തെററിപ്പോയെന്നു സമ്മതിക്കുകയും ചക്ക നശിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യേക്കാം.

34

എന്നാൽ ഭാരതത്തിലെ ഓരോ സ്ത്രീയും പുരുഷനും ചക്ക ഉപയോഗിച്ചു തുടങ്ങുന്നതുവരെ ഞാൻ പ്രാപ്തനാകുകയില്ല. കൂടുതൽ മെച്ചമായി ഒരു ഉപാധി കാണുന്നപക്ഷം നിങ്ങൾ ചക്ക ചുട്ടുകളയുക. ദശലക്ഷക്കണക്കിനാളുകൾക്കു് അവരുടെ ഗൃഹജീവിതത്തിനു തടസ്സമുണ്ടാക്കാതെ അത്യാവശ്യങ്ങൾ സാധിച്ചുകൊടുക്കുവാൻ കഴിവുള്ള ഒരേ ഒരു ജോലി ഇതാണു്.

എത്രയായാലും ചക്കയിലുള്ള വിശ്വാസം വെറും വാക്കുകൾ കൊണ്ടു മാത്രം പ്രകടിപ്പിക്കുകയും ഒരു വലിയ സഹായം ചെയ്യുന്നുവെന്ന ഭാവത്തിൽ എനിക്കു കുറച്ചു രൂപാ എറിഞ്ഞുതരികയും ചെയ്തുകൊണ്ടു സ്വരാജ് കൈവരുകയില്ല. അദ്ധ്വാനിക്കുന്നവരും പട്ടിണികിടക്കുന്നവരുമായ ദശലക്ഷക്കണക്കിനാളുകളുടെ വർദ്ധിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ദാരിദ്ര്യം നീങ്ങുകയുമില്ല. ഞാൻ പറഞ്ഞതിൽ തിരുത്തുവാനുണ്ടു്. അദ്ധ്വാനിക്കുന്ന ദശലക്ഷങ്ങൾ എന്നു ഞാൻ പറഞ്ഞു. അതൊരു ശരിയായ വിവരണമായിരുന്നുവെങ്കിൽ എന്നു ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു, നിർഭാഗ്യവശാൽ വസ്ത്രത്തിനെപ്പററിയുള്ള നമ്മുടെ അഭിരുചി നാം മാററിയിട്ടില്ല. അതിനാൽ പട്ടിണിക്കാരായ ഈ ജനലക്ഷങ്ങൾക്കു് ആണ്ടുമുഴുവൻ ജോലി ലഭിക്കുന്നതു നാം അസാദ്ധ്യമാക്കിത്തീർത്തിരിക്കുന്നു. അവക്കാവശ്യമില്ലാത്ത ഒരവധിക്കാലം നാം അവരെ കെട്ടി ഏൽപിച്ചിരിക്കുന്നു; ആണ്ടിൽ കുറഞ്ഞതു നാലുമാസത്തേയ്ക്കുണ്ടതു്. ഇതു് എന്റെ ഭാവനാസൃഷ്ടിയല്ല; ഈ ജനങ്ങൾക്കിടയിൽ ധാരാളം ഇറങ്ങിനടന്നിട്ടുള്ള സ്വന്തം നാട്ടുകാരുടെ സാക്ഷിപത്രം നിങ്ങൾ തിരസ്കരിച്ചാലും, അനേകം ഇംഗ്ളീഷ്ഭരണകർത്താക്കൾ ആവർത്തിച്ചുപറഞ്ഞ ഒരു സത്യമാണതെന്നു് ഓക്കുക. അതുകൊണ്ടു് ഈ പണസഞ്ചി എടുത്തു പട്ടിണി കിടക്കുന്ന സഹോദരിമാർക്കിടയ്ക്കു് അതിലെ പണം വിതരണം ചെയ്താൽ അതു് ഈ പ്രശ്നത്തിനു പരിഹാരമാകുന്നില്ല. നേരെ മറിച്ചു് അതു് അവരുടെ ആത്മാവിനെക്കൂടി ദരിദ്രമാക്കും. അവർ പിച്ചക്കാരാകും; മററുള്ളവരുടെ ഔദാര്യംകൊണ്ടു ജീവിക്കുന്ന സ്വഭാവം അവർ അഭ്യസിക്കും. ധർമ്മംകൊണ്ടു് ഉപജീവനം കഴിക്കാൻ

34. Young India, 15–9–'27 (Selections from Gandhi, pp. 57—58)

അഭ്യസിക്കുന്ന പുരുഷനെയും, സ്ത്രീയെയും, രാജ്യത്തെയും ഈശ്വരൻ തന്നെ രക്ഷിക്കണം. തങ്ങളുടെ സ്വന്തം ഭവനങ്ങളിൽ സുരക്ഷിതരായി കഴിഞ്ഞുകൂടുന്ന നമ്മുടെ സഹോദരിമാർക്ക് അവിടെയിരുന്നുകൊണ്ടുതന്നെ ചെയ്യാവുന്ന ജോലി ഉണ്ടാക്കിക്കൊടുക്കുകയെന്നതാണു നിങ്ങളുടെയും എൻെറയും ആവശ്യം. അവർക്കു കൊടുക്കാവുന്ന ജോലി ഇതു മാത്രമാണ്. ഇത് അന്തസ്സാറ്റതും സത്യസന്ധവും വേണ്ടത്ര നല്ലതുമായ ജോലിയാണ്. നിങ്ങൾക്ക് ഒരണ നിസ്സാരമായിരിക്കാം. രണ്ടോ മൂന്നോ നാലോ ചിലപ്പോൾ അഞ്ചോ നാഴിക നടന്നു വ്യായാമം ചെയ്യുന്നതിനുപകരം ഒരു ട്രാംകാറിൽ കടന്നുകൂടി അലസമായി സമയം പോക്കുന്നതിനുവേണ്ടി ആ ഒരണ നിങ്ങൾ വലിച്ചെറിഞ്ഞേക്കാം. എന്നാൽ ആ ഒരണ ഒരു സാധുസ്ത്രീയുടെ കൈയിലെത്തുമ്പോൾ അതു സഫലമാകുന്നു. അവൾ അതിനുവേണ്ടി അദ്ധ്വാനിക്കുന്നു. അവളുടെ വിശുദ്ധമായ കൈകൾകൊണ്ടു നൂററ ഭംഗിയേറിയ നൂൽക്കഴി എനിക്കു തരുന്നു. ആ കഴിയുടെ പിന്നിൽ ഒരു ചരിത്രമുണ്ട്. രാജാക്കന്മാർക്കും പ്രഭുക്കന്മാർക്കുംവേണ്ട ഒരുടുപ്പിനുപയോഗിക്കാൻ ആ നൂലിനർഹതയുണ്ട്. ഒരു കാലിക്കോക്കഷണത്തിൻെറ പിന്നിൽ അത്തരമൊരു ചരിത്രമില്ല.

35

തൻെറ ഉപജീവനമാർഗത്തിൽനിന്നു് ഒരൊററ സ്ത്രീയെയോ, പുരുഷനെയോ പുറംതള്ളുവാനുള്ളതല്ല ചക്രം. നമ്മുടെ ജനലക്ഷങ്ങളുടെ അലസമായി ചെലവഴിക്കപ്പെടുന്ന ഓരോ നിമിഷവും സമയവും പൊതുനന്മയ്ക്കുതകുന്ന ഉത്പാദനക്ഷമമായ പ്രയത്നത്തിനുവേണ്ടി ഉപയോഗപ്പെടുത്താനാണു ചക്രം ശ്രമിക്കുന്നതു്.

36

എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ജനങ്ങളുടെ പ്രതീക്ഷയുടെ പ്രതീകമാണു ചക്രം. ബഹുജനങ്ങൾക്ക് അതു നഷ്ടപ്പെട്ടതോടുകൂടി സ്വാതന്ത്ര്യവും നഷ്ടപ്പെട്ടു. ഗ്രാമങ്ങളിൽ കർഷകവൃത്തിയുടെ കുറവു പരിഹരിച്ചതു ചക്രമായിരുന്നു. അതു ഗ്രാമത്തിനു് അന്തസ്സും നൽകി. അതു വിധവയുടെ സുഹൃത്തും ആശ്വാസദാതാവും ആയിരുന്നു. ഗ്രാമവാസികളെ അതു് അലസതയിൽനിന്നു് അകററി. എങ്ങനെയെന്നാൽ ചക്രം എന്നു പറയുമ്പോൾ നൂൽപ്പിനു മുമ്പും പിമ്പുമുള്ള എല്ലാ വ്യവസായങ്ങളും അതിലുൾപ്പെടുന്നു—അതായതു പഞ്ഞി കടയുക, തിരിയാക്കുക, പശയിടുക, വലുപ്പം നിർണയിക്കുക, ചായംമുക്കുക, നെയ്യുക മുതലായ ജോലികൾ. ഇവ ഗ്രാമത്തി

35. Young India, 23-1-'30 (Selections from Gandhi, p. 56)
36. Harijan, 13-4-'40 (Khadi, p. 13)

ലെ ആശാരിക്കും കൊല്ലനും ധാരാളം പണി നൽകി. ഏഴുലക്ഷം ഗ്രാമങ്ങളെ ചർക്ക സ്വയംപര്യാപ്തമാക്കി.

37

ചർക്കയിൽക്കൂടി ഇന്ത്യ അവളുടെ ബന്ധനങ്ങൾ പൊട്ടിച്ചെറിയുന്നതിനു് ഒരു ശ്രമം നടത്തുമ്പോൾ അതു തീർച്ചയായും മാനുഷിക ധാരണാശക്തിയുടെ, അതായതു് ഇന്ത്യയുടെ ആത്മാവിന്റെ ഒരു വിജയമായിരിക്കും. സ്വാതന്ത്ര്യവും അടിമയും ഒരേ അപ്പം ഭക്ഷിക്കുന്നു; എന്നാൽ ഒരുവൻ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിന്റെയും അപരൻ പാരതന്ത്ര്യത്തിന്റെയും അപ്പമാണു ഭക്ഷിക്കുന്നതു്.

ചർക്കയ്ക്കു നൽകാനുള്ള ആനന്ദദായകമായ വാർത്ത നഗരവാസികളും പട്ടണവാസികളും ഗ്രഹിക്കുമെങ്കിൽ അവർ കതിരപ്പന്തയത്തിൽ, വാതുവച്ചും, ക്ലബ്ബുകളിൽ പോയി മദ്യപാനം ചെയ്തും അലസവിനോദങ്ങളിലേർപ്പെട്ടും ദുർവ്യയം ചെയ്യുന്ന തങ്ങളുടെ വിശ്രമവേളകൾ പഞ്ഞി തിരിയാക്കുന്നതിനും നൂൽ നൂൽക്കുന്നതിനും നെയ്യുന്നതിനും സന്തോഷത്തോടെ ഉപയോഗിക്കും. അവരുടെ കുട്ടികളോ? അവരുടെ മാതാപിതാക്കൾക്കും ഇന്ത്യയുടെ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനുംവേണ്ടി അവക്കും നൂൽ നൂൽക്കുകയും, ഇന്ത്യയ്ക്കു് അനുയോജ്യമായ വിദ്യാഭ്യാസം നേടുകയും ചെയ്യാം. ഞാൻ റോമിലായിരുന്നപ്പോൾ നാവികാഭ്യസനം നടത്തിക്കൊണ്ടിരുന്ന അവിടത്തെ ബാലന്മാരുടെ ഭംഗിയായ നാവികപ്രകടനങ്ങൾ എനിക്കു കാണിച്ചുതരുന്നതിൽ മുസ്സോലിനിയുടെ ഉദ്യോഗസ്ഥന്മാർ അഭിമാനംകൊണ്ടു. ഇംഗ്ളണ്ടിലെ കുട്ടികൾ ഇംഗ്ളണ്ടിനാവശ്യമുള്ളതു് അവരുടെ മാതൃഭാഷയിലൂടെ അഭ്യസിക്കയല്ലാതെ വല്ലതും ചെയ്യുന്നുണ്ടോ?

എഫ്. തക്ളി: അതിലന്തർഭവിച്ചിരിക്കുന്ന അദ്ഭുതശക്തി

38

മദ്യപാനവും മയക്കുമരുന്നുകളും, അതു പതിവായുപയോഗിക്കുന്നവരുടെ സാന്മാർഗികക്ഷേമം നശിപ്പിക്കുന്നു. വിദേശവസ്ത്രം രാഷ്ട്രത്തിന്റെ സാമ്പത്തികാടിസ്ഥാനം ഇളക്കുകയും ജനലക്ഷങ്ങളെ തൊഴിലില്ലാത്തവരാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇതുകൊണ്ടുള്ള ദുരിതം കുടുംബവും അങ്ങനെ സ്ത്രീകളുമാണു് അനുഭവിക്കുന്നതു്. മദ്യപാനികളായ ഭർത്താക്കന്മാരുള്ള സ്ത്രീകൾക്കുമാത്രമേ ഒരിക്കൽ

37. Harijan, 21-7-'46 (Khadi, p. 158)
38. Young India, 10-4-1930 (Women, pp. 38—39)

ചിട്ടയിലും സമാധാനത്തിലും കഴിഞ്ഞുകൂടിയിരുന്ന ഭവനങ്ങളിൽ മദ്യമാകുന്ന പിശാചു് ഉണ്ടാക്കുന്ന നാശം എത്രയാണെന്നു മനസ്സിലാക്കുവാൻ കഴിയുന്നുള്ളു. നമ്മുടെ ഗ്രാമങ്ങളിലുള്ള ദശലക്ഷക്കണക്കിനു സ്ത്രീകൾക്കു തൊഴിലില്ലായ്മയുടെ ദുരിതം അറിയാം. ഇന്നു ചർക്കാസംഘത്തിൽ ഒരു ലക്ഷത്തിലധികം സ്ത്രീകളുള്ളപ്പോൾ പതിനായിരത്തിൽ കുറവുമാത്രമേ പുരുഷന്മാരുള്ളു....

അനുകൂലമായ ഒരു അന്തരീക്ഷമുണ്ടെങ്കിൽ ഖാദി നമ്മുടെ ഗ്രാമങ്ങളിൽ, നമ്മുടെ എണ്ണമററ വീടുകളിൽ ഉത്പാദിപ്പിക്കാം. തങ്ങളുടെ വിശ്രമവേളകളിൽ ഓരോ നിമിഷവും നൂൽനൂൽപ്പിന്നായുപയോഗിച്ചുകൊണ്ടു് ഈ അന്തരീക്ഷം സൃഷ്ടിക്കുവാനുള്ള സവിശേഷാധികാരം ഭാരതീയ സ്ത്രീകൾക്കായിരിക്കട്ടെ. ഖാദിയുടെ ഉത്പാദനമെന്ന പ്രശ്നം തീർച്ചയായും ആവശ്യമുള്ളിടത്തോളം നൂൽ നിർമ്മിക്കുക എന്ന പ്രശ്നമാണു്. കഴിഞ്ഞ പത്തുദിവസം പരിതഃസ്ഥിതികളുടെ സമ്മർദംമൂലമുണ്ടായ സഞ്ചാരത്തിനിടയ്ക്കു തക്ലിയുടെ പ്രഭാവം ഞാൻ കണ്ടെത്തി. ഇതുവരെ ആ ശക്തി ഞാൻ മനസ്സിലാക്കിയിരുന്നില്ല. അതു യഥാർത്ഥത്തിൽ അതിശയം പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഒന്നാണു്. മററു ജോലികൾക്കു വിഘ്നംവരാതെ കേവലം വിനോദമെന്നനിലയിൽ എന്റെ സ്നേഹിതൻ ദിവസംപ്രതി 12–ാം നമ്പർ ഇഴയിലുള്ള നാലു ചതുശ്രുഗജം ഖാദി നെയ്യുന്നതിനു വേണ്ട നൂൽ ഉണ്ടാക്കി. ഒരു യുദ്ധപരിപാടി എന്ന നിലയിൽ ഖാദിയെ തോൽപിക്കുന്നതിനു് ഒന്നുംതന്നെയില്ല. ഈ രണ്ടു പരിഷ്കാരത്തിന്റെയും സാന്മാർഗികമായ ഫലം മഹത്താണെന്നുള്ളതു സ്പഷ്ടമാണു്. രാഷ്ട്രീയമായ ഫലവും ഒട്ടും മഹത്വം കുറഞ്ഞതാവില്ല. ലഹരി പിടിപ്പിക്കുന്ന മദ്യവും ഔഷധങ്ങളും നിരോധിക്കുകയെന്നതിനർത്ഥം 25 കോടി രൂപയുടെ നികുതി നഷ്ടപ്പെടുകയെന്നാണു്. വിദേശവസ്ത്രബഹിഷ്കരണത്തിന്റെ അർത്ഥമാകട്ടെ, ഇന്ത്യയിലെ അനേകലക്ഷം ആളുകൾക്കായി 60 കോടി രൂപ സമ്പാദ്യമുണ്ടാകുന്നു എന്നുമാണു്.

ഈ രണ്ടു പരിഷ്കാരങ്ങളുടെയും സാന്മാർഗികമായ ഫലങ്ങൾ വിലകൽപ്പിക്കുക അസാധ്യമാണു്.

39

ഒരു സാധാരണ നൂൽപ്പുകാരനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം തക്ലി ശരിയായി ഉപയോഗിക്കുകയാണെങ്കിൽ അതിന്റെ ഉത്പാദനശേഷി സർവഥാ ചക്രയുടേതിനോടു തുല്യമാണെന്നു്, വാർദ്ധയിലെ സത്യഗ്രഹാശ്രമത്തിലെയും സഹോദരസ്ഥാപനങ്ങളിലെയും അന്തേവാസികൾ കാണിച്ചുതന്നിട്ടുണ്ടു്. തികച്ചും ദുർബല

---

110. Harijan, 22-3-'35 (Khadi. p. 156)

നല്ലാത്ത ഒരാംകു വിശ്രമവേളകളിൽമാത്രം കൂലി ഇച്ഛിക്കാതെ, നൂൽ നൂററാൽ മതിയെന്നുണ്ടെങ്കിൽ ചക്കയ്ക്കു പകരം തക്ലി തികച്ചും മതിയാകും.

വൃദ്ധർക്കും ബലഹീനർക്കും ചക്ക പിന്നെയും ആവശ്യമാണു്. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ യന്ത്രശാസ്ത്രമനുസരിച്ചു് ഒരു ഉത്തോലകവ്യവസ്ഥകൊണ്ടു പ്രവർത്തിപ്പിക്കുന്ന ഒരു തക്ളിതന്നെയാണു ചർക്ക. ഒരു ഭാരം കൈകൊണ്ടു തൂക്കിയെടുക്കുവാൻ തക്ക ശക്തി മാംസപേശികാംക്കില്ലാത്ത ഒരാംകു് അതു ചെയ്യുവാൻ ഉത്തോലകത്തിൻെറ ആവശ്യമുണ്ടു്. അതുപോലെ തക്ലി കറക്കുന്നതിനു വേണ്ടത്ര ബലം കൈയിലെ മാംസപേശികാംക്കില്ലാത്തവനും കൂടക്കൂടെ കൈപൊക്കുകയും താഴ്ത്തുകയും ചെയ്യുവാൻ കഴിവില്ലാത്തവനും ചർക്ക ആവശ്യമാണു്.

40

ചർക്കയിൽ നൂൽനൂൽക്കുകയാണു് എനിക്കു കൂടുതൽ എളുപ്പമെന്നു നിങ്ങാംക്കറിയാമല്ലോ. എന്നാൽ ധനുസ്തക്ളി ഉപയോഗിക്കുന്നതു ഞാൻ നിർബന്ധമാക്കിയിരിക്കുകയാണു്. ഇപ്പോാം ഞാൻ അതിൽ മിക്കവാറും ഒരു വിദഗ്ദ്ധൻതന്നെയായിരിക്കുന്നു. ഈ നിർബന്ധത്തിനു കാരണമുണ്ടു്. 25 ലക്ഷം ചർക്ക ഉണ്ടാക്കുവാൻ പറഞ്ഞാൽ ലക്ഷ്മീദാസ്ഭായിക്കു സാധിക്കുകയില്ല. എന്നാൽ ആളുകാംക്കു് അത്രയും തക്ളി തന്നത്താൻ ഉണ്ടാക്കാം. അതു അത്രമാത്രം അനായാസവും ചെലവു കുറഞ്ഞതുമാണു്. തക്ളിയുടെ നിർമ്മാണത്തിനു് അധികം സാധനങ്ങളാവശ്യമില്ല; പ്രത്യേക വൈദഗ്ദ്ധ്യം ഒട്ടുംതന്നെ വേണ്ടെന്നുതന്നെ പറയാം. പഞ്ചാബിലേക്കോ, ദക്ഷിണഭാരതത്തിലേക്കോ അയയ്ക്കുന്നതിനു സബർമതിയിൽ ചർക്കാ ഉണ്ടാക്കുന്നതു തെററായ ഒരു നയമാണു്. അതതു സ്ഥലങ്ങളിൽത്തന്നെ അവ നിർമിക്കണം. അങ്ങനെയാകുമ്പോാം പററിയ സാധനം ധനുസ്തക്ളിതന്നെയാണു്. ഇതു സാർവത്രികമാക്കുകയാണെങ്കിൽ ഉത്പാദനം കുതിച്ചുയരും.

ജി. ചെറുവ്യവസായങ്ങൾ

41

വൻകിടവ്യവസായങ്ങളിലും, വ്യവസായീകരണത്തിലും വിശ്വസിക്കുന്നവരും ഇന്ത്യയെ സ്നേഹിക്കുന്നവരാണെന്നുള്ളതു നിഷേ

40. Harijan, 22-3-'35. (Khadi, p. 156)
41. 1944 സെപ്തംബറിൽ സേവാഗ്രാമിൽവച്ചു നടന്ന 'ആാം ഇൻഡ്യാ സ്പിന്നേഴ്സ് അസോസിയേഷൻ' ട്രസ്റ്റിമാരുടെ സമ്മേളനത്തോടനുബന്ധിച്ചു നടന്ന ചർച്ചകളിൽനിന്നു് (Khadi, pp. 168—200)

ധിക്കാവുന്നതല്ല. എന്നാൽ അവരും ഞാനും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം ധ്രുവങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസമാണ്. നഗരവാസികൾ മില്ലു കാരുകൾക്കുള്ള ഉത്പാദനത്തെ അനുകൂലിക്കുന്നവരെത്തന്നെ അനുഗമിച്ചേക്കാം. എന്നാൽ ഗ്രാമവാസികളായ നിങ്ങൾ തെററുധാരണ മൂലമോ അശ്രദ്ധമൂലമോ അതു തുടങ്ങിയാൽ ഇന്ത്യയുടെ ചിത്രം തികച്ചും വ്യത്യാസപ്പെടും. അവളുടെ മുഖം തിരിച്ചറിയാൻ പാടില്ലാത്തവിധം മാറിപ്പോകും. അതോടുകൂടി നമ്മുടെ കോടാനുകോടി ദരിദ്രജനങ്ങൾ പാടെ നശിക്കും. ഏതാനും ദശലക്ഷം പേർമാത്രം ശേഷിക്കും. 125 വർഷം ജീവിക്കുന്നതിനു ഞാൻ നിശ്ചയമായും ആഗ്രഹിക്കുന്നു. എന്നാൽ 39 കോടി ജനങ്ങളെ ചുട്ടു വെണ്ണീറാക്കി യശേഷം ഒരു കോടി ജനങ്ങൾ ജീവിക്കുന്ന കാഴ്ച എനിക്കു സഹിക്കാവുന്നതല്ല. ഏററവും മർദിതരും നിസ്സഹായരുമായവരെ ഉദ്ധരിക്കുന്നതിനും അവരോടൊത്തു പോകുന്നതിനുമാണു ഞാൻ ശ്രമിച്ചിട്ടുള്ളതു്. ഖാദിയിലൂടെ ഇതു സാധിക്കുന്നതിനാണ് ഈ വർഷമെല്ലാം ഞങ്ങൾ ശ്രമിച്ചിട്ടുള്ളതു്.

* * *

നഗരവാസികളോടു ഞങ്ങൾ ഇത്രമാത്രമേ പറയുന്നുള്ളു. അവർക്കു ഖദർ ധരിക്കാൻ ആഗ്രഹമുണ്ടെങ്കിൽ ഞങ്ങൾ നിശ്ചയിച്ചിട്ടുള്ള പ്രമാണങ്ങൾ അനുസരിച്ചുകൊണ്ടല്ലാതെ അതു ചെയ്യാൻ സാധ്യമല്ല. ഇതു കേവലം ഒരു സാമ്പത്തികശാസ്ത്രതത്ത്വം മാത്രമല്ല, എന്നാൽ തികച്ചും അധ്യാത്മികവും സാന്മാർഗികവും ആയ ഒരു തത്ത്വംകൂടിയാണ്. അതനുസരിച്ച് ഓരോരുത്തരും തനിക്കാവശ്യമായ ഖാദി ഉണ്ടാക്കണം. നഗരത്തിൽ നെയ്യുന്നതിനുള്ള ഏർപ്പാടില്ലെങ്കിൽ നെയ്ത്തുകാരെ നഗരങ്ങളിലോ നഗരപ്രാന്തങ്ങളിലോ അധിവസിപ്പിക്കണം. അവിടെ നെയ്ത്തു നടത്താം. മത്സരത്തിനൊന്നും കാര്യമില്ല. നഗരവാസികൾക്കു നാം ഇന്നു കൊടുക്കുന്ന ഖാദികൊണ്ടു പ്രയോജനമില്ലെന്നും ആ ഖാദികൊണ്ടു സാധുജനങ്ങൾക്കു ലഭ്യമാകുന്ന സമാശ്വാസം എത്രമാത്രമാണെന്ന് അവർക്കു ഗ്രഹിക്കാൻ സാധിക്കാത്തതാണതിനു കാരണമെന്നും, തന്മൂലം അവരുടെ കൺമുൻപിൽതന്നെ ഖാദിനെയ്ത്തും നടത്തേണ്ടതാണെന്നും നാം അവർക്കു വിശദീകരിച്ചുകൊടുക്കണം. അനേകലക്ഷങ്ങളെ അതു സഹായിക്കുന്നു എന്നുള്ളതുകൊണ്ടു് അവർ ഖാദി ധരിക്കണമെന്നു നഗരവാസികളോട് ഇന്നു നാം ആവശ്യപ്പെടുന്നു. മിൽതുണിപോലെ ഖാദി ലഭ്യമല്ലെന്നു ഞാൻ ആളുകൾക്കു വിശദീകരിച്ചുകൊടുക്കും. ഖാദിക്കു കൂടുതൽ വില കൊടുക്കണമെങ്കിൽ അധികമുള്ള ആ പണം ഗ്രാമീണനും അവൻെറ കുടുംബത്തിനും അവൻെറ ഗ്രാമത്തിനുമാണു ലഭിക്കുന്നതെന്നും, ഗ്രാമത്തിൻെറ സാമ്പത്തികഭദ്രതയെ ആണ് അതു സഹായിക്കുന്നതെന്നും അവർക്കു മനസ്സിലാക്കിക്കൊടുക്കുവാൻ ഞാൻ ശ്രമിക്കും. ഇതിൻെറ ധാർമിക

വശവും ഞാൻ അവർക്കു വിശദീകരിച്ചുകൊടുക്കും. കൂടാതെ ഗ്രാമത്തിലെ മററു വരുമാനമാർഗങ്ങളും ഞാനവരെ ഗ്രഹിപ്പിക്കും. ഖാദിജോലി ചെയ്തു മാത്രമേ ഗ്രാമവാസികൾക്കു് അവൻെറ ഉപജീവനമാർഗം തേടാനാകൂ എന്ന എൻെറ ആശയം ഞാൻ ഉപേക്ഷിച്ചിരിക്കുകയാണു്.

അതിനാൽ കൃഷിയും, കാലിവളർത്തലും മററെല്ലാ ഗ്രാമീണവ്യവസായങ്ങളും പുനരുദ്ധരിച്ചു ജനങ്ങളുടെ സ്ഥിതി നന്നാക്കാനുള്ള മാർഗങ്ങൾ ഞാൻ ആലോചിക്കുകയാണു്. ഇക്കാര്യത്തിൽ അഞ്ചാറു ഗ്രാമങ്ങളിലെങ്കിലും ഞാൻ വിജയിച്ചിരുന്നുവെങ്കിൽ സ്ഥാലീപുലാകന്യായേന എൻെറ പ്രശ്നം പരിഹരിക്കപ്പെട്ടുമായിരുന്നു.

ഇങ്ങനെ നോക്കുമ്പോൾ വല്ലഭസ്വാമിയുടെ രീതിപോലും എനിക്കിഷ്ടപ്പെടുന്നില്ല. അദ്ദേഹം ഖാദിയുടെ കാര്യത്തിൽമാത്രം നിഷ്കർഷ കാണിക്കുകയും ഒരു ക്ലിപ്ത കാലാവധിക്കുള്ളിൽ ഗ്രാമവാസികളെ എല്ലാം ഖദർധാരികളാക്കാമെന്നു വാക്കുതരുകയുമാണു ചെയ്യുന്നതു്. ഈ ആശയം എന്നെ വളരെ ആകർഷിച്ച ഒരു കാലമുണ്ടായിരുന്നു. എന്നാൽ ഖാദിക്കുമാത്രം ഗ്രാമങ്ങളെ പുനർജീവിപ്പിക്കുവാൻ സാധിക്കുകയില്ലെന്നു് ഇപ്പോൾ എനിക്കു തോന്നുന്നു. ഗ്രാമജീവിതത്തിനു് ഒന്നാകെ ഒരുണർവ്വു നൽകുകയും, എല്ലാ ഗ്രാമവ്യവസായങ്ങളെയും പുനജ്ജീവിപ്പിക്കുകയും, ഗ്രാമീണരെ പരിശ്രമശീലരാക്കുകയും ചെയ്താൽ മാത്രമേ ഗ്രാമപുനരുദ്ധാരണം സാധ്യമാകൂ.

* * *

ഖാദി വിൽപ്പനയ്ക്കായിരിക്കരുതു്, പ്രത്യുത സ്വന്തം ഉപയോഗത്തിനായിരിക്കണം എന്നുള്ളതാണു് എൻെറ വ്യക്തമായ അഭിപ്രായം. അതിനാൽ ഖാദിപ്രവർത്തനം സംബന്ധിച്ച ഇപ്പോഴത്തെ നയം മാററുന്നതത്യാവശ്യമാണു്. നമ്മുടെ രാജ്യമാകമാനം പുതുക്കിപ്പണിയുക എന്ന ജോലിയാണു നമുക്കുള്ളതു്. ഇതിൽ ഖാദി ഒരു പ്രധാന ഇനമാണു്. എണ്ണയാട്ടു മുതലായ മററു വ്യവസായങ്ങളും ഇതുപോലെതന്നെയാണു്. വിൽപ്പനയേക്കാൾ സ്വന്തം ഉപയോഗത്തിനാണു് ഉത്പാദനം എന്ന മനോഭാവത്തോടുകൂടി ഈ പ്രശ്നത്തെ അഭിമുഖീകരിച്ചാൽ മാത്രമേ നമ്മുടെ ജോലികൊണ്ടു രാജ്യത്തിനു നേട്ടംമാത്രമുണ്ടാകുന്ന അവസ്ഥ വരുകയുള്ളൂ.

മററാരുംതന്നെ നൂൽനൂററില്ലെങ്കിലും ഏകനായി ഞാൻ അതു തുടരും. ഞങ്ങൾ ഖാദിനിർമാണം തുടങ്ങിയപ്പോൾ അതുകൊണ്ടു് ഉടുതുണി ഉണ്ടാക്കുക അസാധ്യമാണെന്നു് എന്നോടു ചിലർ പറയുകയുണ്ടായി. പുതപ്പോ ചാക്കോ ധരിച്ചാലും മിൽതുണി ധരിക്കയില്ലെന്നു ഞാൻ മറുപടി പറഞ്ഞു. എന്നാൽ കഷ്ടിച്ചു് ഒരു മാസം കഴിയുന്നതിനുമുമ്പു മഗൻലാൽ ഒരു ഖാദിമുണ്ടു നെയ്തുകഴിഞ്ഞു. ഗംഗാ

ബഹൻ മജ്ജുംദാറും ഒരെണ്ണം എനിക്കയച്ചുതരികയും എത്രവേണ മെങ്കിലും ആവശ്യപ്പെട്ടുകൊള്ളുവാൻ പറയുകയും ചെയ്തു.

അദ്ധ്യായം മൂന്ന്

വ്യയനിയന്ത്രണം

1

തിരിച്ചറിവിന്റെ പ്രായമെത്തുമ്പോഠം മുതൽ നാം രക്ഷാധികാ കാരികളോ ഉത്തരവാദിത്വമുള്ള പ്രതിനിധികളോ ആയിത്തീരുന്നു വെന്ന വസ്തുത ഞാൻ ഈ ജീവിതത്തിൽ ഇതിനകം വ്യക്തമായി നി രീക്ഷിച്ചറിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. നമ്മുടെ മാതാപിതാക്കന്മാരുടെകൂടെയിരി ക്കുന്നിടത്തോളം അവർ നമ്മെ ഭരമേൽപ്പിക്കുന്ന പണത്തിന്റെയും തൊഴിലിന്റെയും കണക്കു നാം അവരെ ഏൽപ്പിക്കണം. നമ്മുടെ സൂക്ഷ്മതയിൽ അവക്കു വിശ്വാസമുണ്ടായിരിക്കും, നമ്മോടു കണക്കു ചോദിക്കുകയുമില്ലായിരിക്കും; എന്നാലും അതു നമ്മുടെ ചുമതലയെ ബാധിക്കയില്ല. നാം സ്വതന്ത്രമായി കുടുംബം പുലർത്തുവാൻ തുട ങ്ങുമ്പോഠം നമ്മുടെ കുടുംബത്തോടുള്ള ഉത്തരവാദിത്വം ആരംഭിക്കു ന്നു. നമ്മുടെ സമ്പാദ്യങ്ങളുടെ പൂർണമായ ഉടമസ്ഥത നമുക്കില്ല. നമ്മുടെ കുടുംബവും നമ്മോടൊപ്പം അവയിൽ പങ്കുള്ളവരാണ്. അ വർക്കുവേണ്ടി ഓരോ പൈസ്സും നാം കണക്കുപറയണം. സ്വകാ ര്യജീവിതത്തിലെ നമ്മുടെ ഉത്തരവാദിത്വം ഇങ്ങനെയാണെങ്കിൽ പൊതുക്കാര്യജീവിതത്തിൽ അതു് ഇതിലും വലുതാണ്. കണക്കു സൂക്ഷിക്കുന്നതിനു വിശ്വാസയോഗ്യതയുമായോ, വിശ്വാസയോഗ്യ തയ്ക്കു കണക്കു സൂക്ഷിപ്പുമായോ ഏതായാലും യാതൊരു ബന്ധവുമി ല്ല. കണക്കു സൂക്ഷിക്കുന്നതു് അനപേക്ഷമായ ഒരു കർത്തവ്യമാണ്.

2

ഞാൻ ചെലവാക്കുന്ന ഓരോ കാശിന്റെ കണക്കു ഞാൻ സൂ ക്ഷിച്ചു. എന്റെ ചെലവുകളും ശ്രദ്ധാപൂർവം മുൻകൂട്ടി കണക്കാക്ക പ്പെട്ടിരുന്നു. എല്ലാ ദിവസവും രാത്രി കിടക്കുന്നതിനു മുമ്പു ബസ്സു കൂലി, തപാൽചെലവ്, പത്രങ്ങഠംക്കായി ചെലവഴിക്കുന്ന ഏതാ നും ചെമ്പുതുട്ടുകഠം തുടങ്ങി ഓരോ ചെറിയ ചെലവും എഴുതുകയും ബാക്കി തിട്ടപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്തുവന്നു. ആ സ്വഭാവം എന്നും എ ന്നോടൊപ്പമുണ്ടായിരുന്നു. ഇതിന്റെ ഫലമായി അനേകലക്ഷങ്ങ ളോളം വരുന്ന പൊതുധനം കൈകാര്യം ചെയ്യേണ്ടതായി വന്നിട്ടു

1. Satyagraha in South Africa, p. 122
2. An Autobiography, p. 38

ണ്ടെങ്കിലും അവ ചെലവുചെയ്യുമ്പോളെല്ലാം കർശനമായ മിതവ്യയം പ്രായോഗികമാക്കുന്നതിൽ ഞാൻ വിജയിച്ചിട്ടുണ്ടെന്നും, ഞാൻ നയിച്ചിട്ടുള്ള എല്ലാ പ്രസ്ഥാനങ്ങളിലും ഭീമമായൊരു കടത്തിനുപകരം എല്ലായ്പോഴും നല്ലൊരു മിച്ചമാണ് ഉണ്ടായിട്ടുള്ളതെന്നും എനിക്കറിയാം. ഓരോ യുവാവും എന്റെ അനുഭവത്തിൽനിന്ന് ഒരു പാഠം പഠിക്കുകയും തന്റെ കീശയിലേക്കു വരുന്നതും കീശയിൽനിന്നു പോകുന്നതുമായ എല്ലാത്തിന്റെയും കണക്കു കുറിക്കുന്നതിൽ ശ്രദ്ധിക്കുകയും ചെയ്യട്ടെ. എനിക്കെന്നപോലെ അവസാനം അയാൾക്കും ലാഭമാണുണ്ടാവുകയെന്നു തീർച്ചയാണ്.

3

എന്റെ ജീവിതരീതിയിൽ ഞാൻ കർശനമായ ശ്രദ്ധ പതിപ്പിച്ചിരുന്നതുകൊണ്ട്, മിതവ്യയം ശീലിക്കേണ്ടതു് ആവശ്യമാണെന്ന് എനിക്കു കാണാൻ കഴിഞ്ഞു. അതുകൊണ്ട് എന്റെ ചെലവു പകുതിയായി കുറയ്ക്കുന്നതിനു ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു. എന്റെ കണക്കുകളിൽ കൂലികൾക്കായി ചെലവാക്കിയ പല ഇനങ്ങളുണ്ടായിരുന്നു. കൂടാതെ ഒരു കുടുംബത്തിന്റെകൂടെ ജീവിക്കുന്നതിന്നർത്ഥം ആഴ്ചതോറുമുള്ള ക്രമമായ വിശേഷച്ചെലവെന്നാണ്. വല്ലപ്പോഴും ആ കുടുംബത്തിലെ അംഗങ്ങളെ അത്താഴത്തിനു പുറത്തു കൊണ്ടുപോകുകയും അവരോടൊപ്പം സൽക്കാരങ്ങളിൽ പങ്കെടുക്കുകയും ചെയ്യുക എന്ന മര്യാദയും ഇതിൽ ഉൾപ്പെടും. ഈ ഘട്ടങ്ങളിലെല്ലാം യാത്രാസൗകര്യത്തിനായി ഭാരിച്ച തുകകൾ ചെലവാക്കേണ്ടിവന്നിരുന്നു. പ്രത്യേകിച്ചും കൂടെയുള്ളയാൾ ഒരു സ്ത്രീയാണെങ്കിൽ ആചാരപ്രകാരം പുരുഷൻ വേണം ചെലവുകളെല്ലാം വഹിക്കുക. ഇതിനുംപുറമെ പുറത്തുനിന്നു ഭക്ഷണം കഴിക്കുക എന്നതിനർത്ഥം അധികച്ചെലവ് എന്നാണ്. കാരണം, ആഴ്ചതോറും പതിവായയയ്ക്കുന്ന ബില്ലിൽനിന്നും കഴിക്കാത്ത നേരത്തെ ആഹാരത്തിന്റെ ചെലവു കുറയ്ക്കുമായിരുന്നില്ല. ഈ ഇനങ്ങളെല്ലാം ചെലവാക്കാതെ സൂക്ഷിക്കാമെന്നും അതുപോലെതന്നെ ആചാരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള തെററായ ധാരണമൂലമുള്ള എന്റെ കീശയുടെ ചോർച്ചയും നീത്താമെന്നും എനിക്കു തോന്നി.

അതുകൊണ്ട് ഒരു കുടുംബത്തോടു ചേർന്ന് താമസിക്കുന്നതിനുപകരം, എന്റെതന്നെ ചെലവിൽ മുറി വാടകയ്ക്കെടുക്കുന്നതിനും, എനിക്ക് ചെയ്യേണ്ട ജോലിക്കനുസരണമായി താമസസ്ഥലം മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നതിനും, അങ്ങനെ അതേസമയം കൂടുതൽ അനുഭവങ്ങൾ സമ്പാദിക്കുന്നതിനും ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു.

അങ്ങനെ ഒരു ജോഡി മുറികൾ ഞാൻ വാടകയ്ക്കെടുത്തു; ഒരെണ്ണം ഇരിപ്പുമുറിയും, മറെറതു് കിടപ്പുമുറിയും.

---

3. An Autobiography, (1927) p. 38)

4

മറ്റൊരു പരീക്ഷണത്തിന് തയ്യാറെടുത്തതോടെ, എന്റെ ജീവിതം കുറെക്കൂടി ലളിതമാക്കുന്നതിന് ഒരു പ്രയത്നവും ഞാൻ നടത്തി. എന്റെ ജീവിതരീതി ഇനിയും എന്റെ കുടുംബത്തിന്റെ എളിയ വരുമാനത്തിനനുയോജ്യമായിട്ടില്ലെന്ന് എനിക്കു തോന്നി. പണസംബന്ധമായ സഹായത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള എന്റെ ക്രമമായ അപേക്ഷ സ്നേഹപൂർവം നിറവേററിത്തന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന കഷ്ടപ്പെടുന്ന ജ്യേഷ്ഠനെക്കുറിച്ചുള്ള ചിന്ത എന്നെ കഠിനമായി വേദനിപ്പിച്ചു.

മാസംതോറും 8 മുതൽ 10 വരെ പവൻ ചെലവാക്കുന്ന മിക്കവക്കും, സ്കോളർഷിപ്പിന്റെ ആനുകൂല്യമുണ്ടെന്ന് ഞാൻ കണ്ടു. വളരെ ലളിതമായ ജീവിതത്തിന്റെ ഉദാഹരണങ്ങൾ എന്റെ മുമ്പിലുണ്ടായിരുന്നു. എന്നെക്കാൾ എളിയതരത്തിൽ, ജീവിക്കുന്ന ഒരു നല്ലപങ്ക് സാധുക്കളായ വിദ്യാർത്ഥികളെ ഞാൻ കണ്ടുമുട്ടി. ഇവരിൽ ഒരാൾ ഒരാഴ്ചയിൽ 2 ഷില്ലിംഗ് വാടകയുള്ള ഒരു മുറി എടുത്ത് ചാളയിൽ താമസിക്കയായിരുന്നു. അയാൾ ലോക്കാർട്ടിന്റെ ചെലവു കുറഞ്ഞ കൊക്കോ റൂമ്സ്—ൽനിന്ന് ഒരുനേരത്തെ ഭക്ഷണത്തിന് 2 പെൻസ് മാത്രം ചെലവു വരുന്ന കൊക്കോയും, അപ്പവും വാങ്ങിക്കഴിച്ചാണ് ജീവിച്ചിരുന്നത്. അവനോടു മത്സരിക്കണമെന്നുള്ള ചിന്തയേ എന്നിൽ ഇല്ലായിരുന്നു. എന്നാൽ രണ്ടു മുറികൾക്കു പകരം എനിക്ക് ഒരെണ്ണം മതിയാകുമെന്നും, എന്റെ ഭക്ഷണത്തിൽ ചിലത് വീട്ടിൽത്തന്നെ പാകം ചെയ്യാമെന്നും, എനിക്കു തോന്നി. അതുമൂലം ഓരോ മാസവും നാലോ അഞ്ചോ പവൻ സമ്പാദിക്കാം. ലളിതജീവിതത്തെക്കുറിച്ചുള്ള പുസ്തകങ്ങളും ഞാൻ വായിക്കാനിടയായി. എന്റെ ഒരു ജോഡി മുറികൾ വിട്ടിട്ട് പകരം ഒരെണ്ണം വാടകയ്ക്കെടുത്തു. ഒരു സ്റ്റൗ വാങ്ങി വീട്ടിൽത്തന്നെ പ്രഭാതഭക്ഷണം പാകംചെയ്തു തുടങ്ങി. ഓട്ട്മീൽ കുറുക്കിയതു മാത്രം പാകം ചെയ്യേണ്ടിയിരുന്നു. കൊക്കോയ്ക്ക് വെള്ളം തിളപ്പിക്കുകയും ചെയ്യേണ്ടിയിരുന്നു. അതിനു 20 മിനിട്ടിൽ ഒട്ടും കൂടുതൽ എനിക്കു വേണ്ടിവന്നില്ല. ഉച്ചഭക്ഷണം ഞാൻ പുറത്തുനിന്നു കഴിച്ചിരുന്നു. അത്താഴത്തിന് റൊട്ടിയും കൊക്കോയും വീട്ടിൽനിന്നു തന്നെയായിരുന്നു. അങ്ങനെ ഒരു ദിവസം ഒരു ഷില്ലിംഗും, 3 പെൻസും ചെലവാക്കി ജീവിക്കുവാൻ സാധിച്ചു. വളരെയേറെ പഠിക്കാനുള്ള സമയവുമായിരുന്നു അത്. ലളിതജീവിതം എനിക്ക് ധാരാളം സമയം ലാഭിച്ചുതന്നു. ഞാൻ എന്റെ പരീക്ഷയിൽ ജയിക്കയും ചെയ്തു.

ഈ രീതി എന്റെ ജീവിതത്തെ എന്തെങ്കിലും തരത്തിൽ ഉന്മേഷമില്ലാത്ത ഒന്നാക്കിത്തീർത്തുവെന്ന് വായനക്കാരൻ കരുതരുത്.

---

4. An Autobiography, (1927) p. 40

നേരേമറിച്ച് ഈ ഭേദഗതി എന്റെ ആന്തരികവും ബാഹ്യവുമായ ജീവിതത്തെ യോജിപ്പിക്കയാണ ചെയ്യുന്നത്. എന്റെ കുടുംബത്തിന്റെ ധനസ്ഥിതിക്കും ഇതു് കൂടുതൽ അനുയോജ്യമായിരുന്നു. എന്റെ ജീവിതം നിശ്ചയമായും കൂടുതൽ സത്യസന്ധമായിത്തീർന്നു. എന്റെ ആത്മാവിന്റെ ആനന്ദത്തിനും അതിരില്ലായിരുന്നു.

5

നാം സ്വീകരിക്കുന്ന ഓരോ പൈയുടെയും കണക്കു് വയ്ക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ, പണപ്പിരിവുകൾ ബുദ്ധിപൂർവം ഉപയോഗിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ, പൊതുജീവിതത്തിൽനിന്നും നിർമാർജനം ചെയ്യപ്പെടുന്നതിനു് നാം അർഹരായിത്തീരും.

6

നിങ്ങളുടെ കണക്കുകൾ എനിക്കയച്ചു തരുന്നതിൽ വിഷമിക്കേണ്ടതില്ല. നിങ്ങൾ ചെലവഴിക്കുന്ന ഓരോ പൈസയുടെയും കണക്കു് തീർച്ചയായും സൂക്ഷിക്കണം. അതു് തുണ്ടുകടലാസുകളിലല്ല, ശരിയായി എഴുതി സൂക്ഷിക്കുന്ന ഒരു കണക്കുപുസ്തകത്തിൽത്തന്നെ വേണം. വിശ്വസിക്കാൻ സാധ്യമല്ലാത്തവിധം ലളിതമാണതു്. വരവു കുറിപ്പുകളും ചെലവു കുറിപ്പുകളും ഉണ്ടു്. കൈവശത്തുകയ്ക്കു്, അതിലേക്കു കിട്ടിയിടത്തോളം സംഖ്യയോടു് അധമർണതവും അതിൽനിന്നും, ചെലവഴിച്ചിടത്തോളം സംഖ്യയോടു് ഉത്തമർണതവും ഉണ്ടു്. അതുകൊണ്ടു് വരവുകൾ ചെലവുവകകടങ്ങളുടെ കള്ളിയിലേയ്ക്കും, ചെലവുകൾ വരവിനങ്ങളുടെ കള്ളിയിലേയ്ക്കും പോകുന്നു.

അതനുസരിച്ച്:

തീയതി	അധമർണ്ണതവം	തുക	തീയതി	ഉത്തമർണ്ണതവം	തുക		
12/8	ആശ്രമത്തിൽ നിന്നു ലഭിച്ച പണം	150/–	....	കുതിരവണ്ടി ച്ചെലവ്.	1	8	0
				തപാൽച്ചെലവ്:	3	8	0
				നീക്കിയിരിപ്പ്:	145	0	0
		150/–			150	0	0

ഇങ്ങനെയാണു് ഇംഗ്ലീഷ് രീതിയനുസരിച്ച് വരവുചെലവു കണക്കു് എഴുതി സൂക്ഷിക്കാറുള്ളതു്. നിങ്ങളുടേതും ഒരു വരവു ചെലവു കണക്കുപുസ്തകമാണു്. ഒരു വരവുചെലവും കണക്കുപുസ്തകത്തിലും നാൾവഴിയിലും ഉള്ള പലതരം കണക്കിനങ്ങളുടെ

5. Young India, 6-7-'21 (Young India, 1919—1922 p. 301)
6. Dulia. 14-2-'27 (Bapu's Letters to Mira, p. 26)

സൂചികയാണ് പേരേട്. രൊക്കം പണത്തിന്റെ കൊള്ളക്കൊടുക്കയില്ലാത്ത എല്ലാ ഇടപാടുകളും നാാംവഴിയിൽ അടങ്ങുന്നു. അങ്ങനെ, വിശ്വാസാടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള വാങ്ങലും വിൽപ്പനയും ഒരു നാാംവഴിയിലാണ് ചേർക്കുക. പ്രായോഗികമായി നോക്കുമ്പോൾ, കണക്കു സൂക്ഷിപ്പ് മുഴുവനും ഇതിലടങ്ങുന്നു.

7

പോസ്റ്റേജിനായി കുറച്ചു പണം നിങ്ങൾ നീക്കിവച്ചിരിക്കുന്നതു് വളരെ നല്ലതാണ്. തുക ചെറുതാണെങ്കിൽ, അതു് സാരമാക്കേണ്ടതില്ല. ക്രമമായി കണക്കെഴുതിക്കൊള്ളുക. അങ്ങനെ നിങ്ങൾക്ക് എങ്ങനെയാണു കണക്കു സൂക്ഷിക്കേണ്ടതെന്നു് പഠിക്കുന്നതിനും സാധിക്കും.

8

ഖാദീഭണ്ഡാരത്തിൽനിന്നല്ലാതെ, മറ്റെവിടെനിന്നെങ്കിലും നെയ്യ് വാങ്ങാമെന്ന ആശയം നിങ്ങളുപേക്ഷിക്കണം. അവിടെനിന്നു നെയ്യ് ലഭിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ, നെയ്യുപയോഗിക്കാതെ കഴിയുന്ന സ്വഭാവം നിങ്ങൾ പരിശീലിക്കണം. ചെറുചണ എണ്ണ ഉപയോഗിക്കുന്നതിൽ ദോഷമില്ലെന്നു് ഇപ്പോൾ സ്ഥാപിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതായി ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. പാലും തൈരും ഉണ്ടെങ്കിൽ, നമുക്കു് നെയ്യ് കിട്ടിയില്ലെങ്കിലും സാരമില്ല.

മലക്കറിയുടെ അളവിനു് ഒരു പരിമിതി കൽപ്പിക്കണം. ഒരാളിനു് പത്തു തോലാ ശുദ്ധമാക്കിയ മലക്കറിയിൽ കൂടുതൽ പാകം ചെയ്യരുതെന്നതു് ഒരു നിയമമാക്കുക.

ഈ വ്യതിയാനങ്ങളിൽ നിങ്ങളുടെ മാനസികസഹകരണം ആവശ്യമാണ്. അതായതു്, ഹൃദയംകൊണ്ടും മനസ്സുകൊണ്ടും ഈ വ്യതിയാനങ്ങൾ നിങ്ങൾ സ്വീകരിക്കണം.

9

ഒരുതരത്തിൽ നാം മോഷ്ടാക്കളാണെന്നു് ഞാൻ പറയുന്നു. എന്റെ ഉടനടിയുള്ള ഉപയോഗത്തിനാവശ്യമില്ലാത്ത എന്തെങ്കിലും ഞാൻ എടുത്തു്, അതു സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കുകയാണെങ്കിൽ, മറ്റാരിൽനിന്നെങ്കിലും ഞാൻ അതു് മോഷ്ടിക്കയാണ്. ദിനംപ്രതി, പ്രകൃതി നമുക്കാവശ്യമുള്ളത്ര ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നുണ്ടെന്നും, ഓരോരുത്തരും അവരവർക്കു് വേണ്ടത്രമാത്രം എടുക്കുകയും അതിൽ ഒട്ടും കൂടുതൽ എടുക്കാതിരിക്കുകയും ചെയ്യുമെങ്കിൽ ഈ ലോകത്തു് നിർധനത്വം ഉണ്ടാകയില്ലെന്നും, ഒരുത്തനും പട്ടിണികൊണ്ടു മരിക്കേണ്ടിവരികയില്ലെന്നുമുള്ളതു് പ്രകൃതിയുടെ അപവാദരഹിതമായ മൗലിക

---

7. 2–5–'27–(Bapu's Letters to Ashram Sisters, p. 25)
8. 4–2–'29–(Bapu's Letters to Ashram Sisters, p. 69
9. Ashram Observances in Action, (1932) p. 136

നിയമമാണെന്നു് പറയുവാൻ ഞാൻ ധൈര്യപ്പെടുന്നു. എന്നാൽ അസമത്വം നിലനിൽക്കുന്നിടത്തോളംകാലം, നാം മോഷ്ടിക്കുകയാണു്. ഞാൻ ഒരു സോഷ്യലിസ്റ്റല്ല. സമ്പത്തുള്ളവരിൽനിന്നു് അതു കവർന്നെടുക്കണമെന്നു് ഞാനാഗ്രഹിക്കുന്നില്ല. എന്നാൽ അന്ധകാരത്തിനിടയിൽ വെളിച്ചം കാണണമെന്നു് ആഗ്രഹിക്കുന്നവർ, തങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ ഈ നിയമം അനുസരിക്കണമെന്നു് ഞാൻ പറയുക തന്നെ ചെയ്യും. ആരുടെയെങ്കിലും സ്വത്തു് അപഹരിക്കണമെന്നു് എനിക്കാഗ്രഹമില്ല. കാരണം, അപ്പോൾ ഞാൻ അഹിംസാനിയമത്തിൽനിന്നു വ്യതിചലിച്ചുപോകയായിരിക്കും ചെയ്യുന്നതു്. എനിക്കുള്ളതിലേറെ സ്വത്തു വേറെ ആർക്കെങ്കിലും കൈവശമുണ്ടെങ്കിൽ അങ്ങനെ തന്നെയാകട്ടെ. പക്ഷേ എന്റെതന്നെ ജീവിതത്തെ ക്രമീകരിക്കേണ്ടതുകൊണ്ടു് എനിക്കാവശ്യമില്ലാത്ത ഒന്നും കൈവശപ്പെടുത്തി വയ്ക്കുവാൻ ഞാൻ ധൈര്യപ്പെടുന്നില്ലെന്നു പറഞ്ഞുകൊള്ളട്ടെ. ഒരുദിവസം ഒരുനേരംമാത്രം ആഹാരം കഴിക്കുന്ന ദശലക്ഷക്കണക്കിനാളുകൾ ഇന്ത്യയിലുണ്ടു്. ആ ഒരു നേരത്തെ ആഹാരമാകട്ടെ,കൊഴുപ്പു പുരട്ടിയിട്ടില്ലാത്ത ഒരു ഉണങ്ങിയ ചപ്പാത്തിയും ഒരു നുള്ളു് ഉപ്പും ആയിരിക്കും. ഈ ദശലക്ഷക്കണക്കിനാളുകൾക്കു കൂടുതൽ മെച്ചമായ വസ്ത്രധാരണത്തിനും ആഹാരത്തിനും വഴിയുണ്ടാക്കിക്കൊടുക്കുന്നതുവരെ എനിക്കും നിങ്ങൾക്കും ഇതിൽക്കൂടുതൽ ഒന്നിനും യാതൊരവകാശവുമില്ല. നിങ്ങൾക്കും എനിക്കും കൂടുതൽ വിവരമുണ്ടായിരിക്കേണ്ടതാണല്ലോ. അതുകൊണ്ടു്, അവർക്കു ഭക്ഷണവും വസ്ത്രവും ലഭ്യമാകുന്നതിനുവേണ്ടി, നാം നമ്മുടെ ആവശ്യങ്ങൾ ക്രമീകരിക്കുകയും സ്വമനസ്സാലേ പട്ടിണി കിടക്കുകയും കൂടി ചെയ്യേണ്ടതാണു്.

അദ്ധ്യായം നാലു്

സ്വയം പര്യാപ്തത

1

സാധാരണമായി ഭാര്യ ഭർത്താവിനെ ഒരുവിധത്തിലും ആശ്രയിക്കാതെ സ്വന്തമായൊരു ജീവിതവൃത്തി സ്വീകരിക്കുന്ന അവസ്ഥ ഞാൻ വിഭാവന ചെയ്യുന്നില്ല. കുട്ടികളുടെ സംരക്ഷണവും കുടുംബത്തിന്റെ നടത്തിപ്പും അവളുടെ എല്ലാ കഴിവുകളും പൂർണമായി ഉപയോഗപ്പെടുത്താൻ ധാരാളം മതിയാകുന്നതാണു്. ക്രമീകൃതമായ ഒരു സമൂഹത്തിൽ കുടുംബം പുലർത്തുകയെന്ന അധികഭാരവും അവളിൽ നിക്ഷിപ്തമായിരിക്കേണ്ടിവരില്ല. പുരുഷൻ കുടുംബം

1. Harijan, 12-10-1934(Women,p. 8)

പുലർത്തുന്നതിൽ ശ്രദ്ധിക്കയും സ്ത്രീ കുടുംബഭരണം നടത്തുകയും അങ്ങനെ അവരിൽ ഓരോരുത്തരും മറേറ ആളുടെ അദ്ധ്വാനത്തെ പരിപോഷിപ്പിക്കുകയും പരിപൂർണമാക്കുകയും ചെയ്യണം.

2

ദശലക്ഷക്കണക്കിനു സ്ത്രീകഠം തങ്ങളുടെ വീടുപേക്ഷിച്ച് ആഹാരസമ്പാദകരായിത്തീരാൻ നിർബദ്ധരായാൽ അതു തെററാണ്. എന്നാൽ തോക്കു ധരിക്കുന്നതുപോലെ തെററല്ല. തൊഴിലിൽ സഹജമായി അപരിഷ്കൃതമെന്നു പറയേണ്ട ഒന്നുമില്ല. സ്ത്രീകഠം തങ്ങളുടെ കുടുംബം സംരക്ഷിക്കുന്നതോടൊപ്പം സ്വയമേവ വയലുകളിൽ ജോലി ചെയ്യുന്നതിൽ അപരിഷ്കൃതമായി ഞാൻ യാതൊന്നും കാണുന്നില്ല. എൻെറ പുതിയ ചിന്താഗതിയനുസരിച്ചു തങ്ങളുടെ വേലയ്ക്കു മതിയായ വേതനം ലഭിക്കത്തക്കവണ്ണം ഓരോരുത്തരും താന്താങ്ങളുടെ കഴിവനുസരിച്ചു തൊഴിൽ ചെയ്യും. പുതിയ രീതിയിൽ സ്ത്രീകഠം ഭാഗികമായി തൊഴിൽ ചെയ്യുന്നവരായിരിക്കും. അവരുടെ പ്രാഥമികപ്രവർത്തനം കുടുംബസംരക്ഷണമായിരിക്കും.

3

ഓരോ വ്യക്തിക്കും ദിവസംതോറും താൻ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഭക്ഷണസാധനങ്ങഠം വസ്ത്രങ്ങഠം, മററു വസ്തുക്കഠം തുടങ്ങിയവയെല്ലാം പരിശോധിച്ച് വിദേശത്തുണ്ടാക്കിയവയെ നീക്കി, അവയ്ക്കുപകരം സുകരമായി പ്രയോഗിക്കാവുന്നതും കേടുപാടു പോക്കാവുന്നതും ലളിതവും വിലകുറഞ്ഞതുമായ ഉപകരണങ്ങഠംകൊണ്ടു ഗ്രാമീണർ തങ്ങളുടെ വീടുകളിലോ വയലുകളിലോ തന്നെ ഉണ്ടാക്കുന്ന പദാർത്ഥങ്ങഠം ഉപയോഗിക്കാൻ സാധിക്കും, ഈ മാററംതന്നെ അമൂല്യമായ ഒരഭ്യസനവും ഉറപ്പുള്ളൊരു തുടക്കവുമായിരിക്കും. അടുത്തപടി സ്വതവേതന്നെ അവനു സ്പഷ്ടമാകും. ഉദാഹരണമായി ബോംബെയിലെ ഒരു ഫാക്ടറിയിൽ ഉണ്ടാക്കിവരുന്ന ഒരു ടൂത്ത് ബ്രഷാണ് ഇന്നുവരെ ഒരുവൻ ഉപയോഗിച്ചിരുന്നതെന്നിരിക്കട്ടെ. അയാഠംക്ക് അതിനുപകരം ഒരു നാടൻ ബ്രഷുപയോഗിക്കണമെന്നുണ്ട്. ബാബുൽച്ചെടിയുടെ തണ്ടുപയോഗിക്കുന്നതിന് ആരെങ്കിലും ഉപദേശിക്കുന്നു. അയാളുടെ പല്ലുകഠംക്കു കേടുണ്ട്, അഥവാ അയാഠംക്കു പല്ലില്ലാ എന്നിരിക്കട്ടെ. കട്ടപ്പമുള്ള ഒരു സ്ഥലത്തു തണ്ടുവച്ച് ഒരു ഉരുണ്ട കല്ലോ ചുററികയോകൊണ്ട് അതിൻെറ ഒരററം ചതയ്ക്കണം. മറെറ അററം ഒരു കത്തികൊണ്ടു കീറി ആ പൊളികഠം രണ്ടും നാക്കു വൃത്തിയാക്കുന്നതിനുപയോഗിക്കാം. വളരെ വൃത്തിഹീനമായി ഉണ്ടാക്കപ്പെട്ട ഫാക്ടറിബ്രഷുകളേക്കാഠം ഇവ വില കുറഞ്ഞതും

2. Harijan, 16-3-1940(Women, p. 10)
3. Harijan, 25-1-1935 (Cent per Cent Swadesi, p. 33)

വളരെ വൃത്തികൂടിയതുമാണെന്നും അവൻ മനസ്സിലാക്കും. വൃത്തിയുള്ളതും നല്ലവണ്ണം പൊടിച്ചതുമായ കരിയും വൃത്തിയുള്ള ഉപ്പും സമമായി എടുത്തു പട്ടണത്തിലുണ്ടാക്കുന്ന പൽപ്പൊടിക്കു പകരം സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെ അവനുപയോഗിക്കും. മിൽവസ്ത്രങ്ങൾക്കുപകരം ഗ്രാമത്തിൽ നെയ്ത ഖാദിവസ്ത്രവും, മില്ലിൽ കുത്തിയ അരിക്കുപകരം കൈകൊണ്ടു കുത്തിയ തവിടുള്ള അരിയും, പഞ്ചസാരയ്ക്കുപകരം ഗ്രാമത്തിൽ ഉണ്ടാക്കുന്ന ചക്കരയും അവൻ ഉപയോഗിക്കും. ഈ പംക്തികളിൽ മുൻപേതന്നെ പ്രസ്താവിക്കപ്പെട്ട ഉദാഹരണങ്ങളെന്ന നിലയിൽ ഇവയെക്കുറിച്ച് ഞാൻ വെറുതെ എടുത്തു പറയുന്നുവെന്നേയുള്ളൂ. എന്നോടൊത്ത് ഈ പ്രശ്നം ചർച്ചചെയ്യുന്ന ചിലർ ചൂണ്ടിക്കാട്ടിയ ചില വൈഷമ്യങ്ങളെ നേരിടുന്നതിനാണ് ഞാൻ ഇവയെക്കുറിച്ച് വീണ്ടും പ്രസ്താവിച്ചത്. അരിയെസംബന്ധിച്ച് ചിലർ പറയുന്നു കൈക്കുത്തരിക്കു മില്ലിൽ കുത്തിയ അരിയേക്കാൾ വില വളരെ കൂടുതലാണെന്ന്. മററു ചിലർ പറയുന്നു, കൈക്കുത്തെന്ന കലതന്നെ വിസ്മരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നുവെന്നും കൈക്കുത്തുകാരെ ഇപ്പോൾ കാണാനേയില്ലെന്നും. വേറെ ഒരു കൂട്ടർ പറയുന്നു, അവരുടെ പ്രദേശത്തു മില്ലിൽ കുത്തിയ അരി കിട്ടുന്നില്ലെന്നും ഒരു രൂപയ്ക്ക് 19 സേർ കൈക്കുത്തരിവീതം അവർ നല്കാമെന്നും. ഇവയെല്ലാം ശരിയുമാണ്, തെററുമാണ്. അവരവരുടെ പ്രദേശത്ത് അവരവരുടെ അനുഭവത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഇവയെല്ലാം ശരിയാണ്. എന്നാൽ ശരിയായ പരമാർത്ഥം ഇവക്ക് അജ്ഞാതമായിരിക്കുന്നതുകൊണ്ട് അതെല്ലാം തെററുമാണ്. അത്ഭുതം ജനിപ്പിക്കുന്ന അനുഭവങ്ങളാണു ദിവസവും എനിക്കുണ്ടായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. തന്നത്താൻ ഒരുങ്ങി പുറപ്പെട്ടാൽ ഇതെല്ലാം ശരിയാവും.

4

വീട്ടുവേലക്കാരെ ഏർപ്പെടുത്തുക എന്നതു പഴയ ഒരു സമ്പ്രദായമാണ്. എന്നാൽ കാലാനുസരണമായി യജമാനന്മാർക്കു വേലക്കാരോടുള്ള മനോഭാവത്തിൽ വ്യത്യാസങ്ങൾ വന്നിട്ടുണ്ട്. ചിലർ വേലക്കാരെ കുടുംബാംഗങ്ങളായി കരുതുന്നു. മററു ചിലർ അവരെ വെറും അടിമകളോ, ജംഗമസ്വത്തുകളോ ആയി കാണുന്നു. ഈ രണ്ടു തീവ്രവീക്ഷണങ്ങൾക്കുമിടയ്ക്കാണു സമൂഹത്തിനു പൊതുവേ വേലക്കാരോടുള്ള മനോഭാവമെന്നു ചുരുക്കത്തിൽ പറയാം. ഇക്കാലത്തു എല്ലായിടത്തും വേലക്കാർക്ക് ആവശ്യക്കാർ വളരെയുണ്ട്. അവർ തങ്ങളുടെ വിലയെക്കുറിച്ച് ബോധമുള്ളവരായിത്തീർന്നിരിക്കയാണ്. അതുകൊണ്ടു സ്വാഭാവികമായി ശമ്പളക്കാര്യത്തിലും ജോലി സംബന്ധിച്ചും അവർ സ്വന്തമായവ്യവസ്ഥകൾ ഉന്നയിക്കുന്നു.

4. Harijan, 10-3-1946 (Towards Non-violent Socialism, pp. 88—89)

ഇതു് ഉചിതമാകുമായിരുന്നു. ഇതോടൊപ്പം എപ്പോഴും അവർ തങ്ങളുടെ കർത്തവ്യം ശരിക്കു ഗ്രഹിക്കുകയും നിർവഹിക്കുകയും ചെയ്തിരുന്നുവെങ്കിൽ അത്തരുണത്തിൽ അവർ വേലക്കാരല്ലാതായിത്തീരും; കുടുംബത്തിലെ അംഗങ്ങളുടെ നില സ്വയം ആർജിക്കുയും ചെയ്യും. ബലപ്രയോഗത്തിൻെറ കഴിവിലുള്ള വിശ്വാസം ഏതായാലും അന്തരീക്ഷത്തിൽ തങ്ങിനിൽപുണ്ടു്. ആ നിലയ്ക്കു് വേലക്കാർ തങ്ങളുടെ യജമാനന്മാരുടെ കുടുംബത്തിലെ അംഗങ്ങളുടെ നില ശരിക്കും എങ്ങനെ സമ്പാദിക്കും. അതു തീർച്ചയായും ചോദിക്കാവുന്ന ഒരു ചോദ്യമാണു്.

മററുള്ളവരുടെ സഹകരണം ലഭിക്കണമെന്നും മററുള്ളവരോടു സഹകരിക്കണമെന്നും ആഗ്രഹിക്കുന്ന ഒരുവൻ വേലക്കാരെ ആശ്രയിക്കരുതു്. വേലക്കാർ വിരളമായിരിക്കുമ്പോൾ ഒരുവനെ ലഭിക്കണമെന്നാഗ്രഹിക്കുന്നയാൾക്കു അവൻ ആവശ്യപ്പെടുന്ന ശമ്പളം കൊടുക്കേണ്ടിവരികയും അവൻെറ മററു വ്യവസ്ഥകൾ സ്വീകരിക്കേണ്ടിവരികയും ചെയ്യും. അങ്ങനെ അയാൾ യജമാനനാകുന്നതിനുപകരം തൻെറ ജോലിക്കാരൻെറ ഭൃത്യനായിത്തീരുകയും ചെയ്യും. ഇതു യജമാനനോ വേലക്കാരനോ നല്ലതല്ല. എന്നാൽ അടിമത്തമല്ല, മററൊരു മനുഷ്യജീവിയുടെ സഹകരണമാണു് ഒരുവൻ അന്വേഷിക്കുന്നതെങ്കിൽ അയാൾ തനിക്കു മാത്രമല്ല ആരുടെ സഹകരണമാണോ ആവശ്യമുള്ളതു് അയാൾക്കും സേവനമായിരിക്കും ചെയ്യുന്നതു്. ഈ തത്ത്വം വ്യാപകമാക്കി ചിന്തിച്ചാൽ ഒരുവൻെറ കുടുംബത്തിൻേറയും ലോകത്തിൻേറയും പരിധി ഒന്നായിത്തീരുകയും അവൻെറ സമസൃഷ്ടികളോടുള്ള മനോഭാവത്തിൽ തദനുരൂപമായ ഒരു മാററമുണ്ടാകയും ചെയ്യും, അഭിലഷിക്കുന്ന പൂർണത്വം പ്രാപിക്കുന്നതിനു വേറൊരു മാർഗവുമില്ല.

ഈ പ്രമാണമനുസരിച്ചു പ്രവർത്തിക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവൻ ചെറുതോതിലുള്ള ആരംഭങ്ങൾകൊണ്ടു തൃപ്തിപ്പെടും. ആയിരമായിരം ജനങ്ങളുടെ സഹകരണം നേടുവാൻ ഒരു മനുഷ്യനു കഴിവുണ്ടാവാമെങ്കിലും അവനു തന്നത്താൻ നിൽക്കുവാൻ കഴിയണമെങ്കിൽ മതിയായ ആത്മനിയന്ത്രണവും ആത്മാഭിമാനവുമുണ്ടായിരിക്കണം. അത്തരം ഒരാൾ ആരെയെങ്കിലും തൻെറ ദാസനായി സ്വപ്നത്തിൽ പോലും കാണുകയോ അവൻെറ നിയന്ത്രണത്തിൻകീഴിൽ സൂക്ഷിക്കുന്നതിനു ശ്രമിക്കയോ ചെയ്യുകയില്ല. വാസ്തവത്തിൽ തൻെറ വേലക്കാരുടെ യജമാനനാണു താൻ എന്ന വസ്തുത തന്നെ അയാൾ പൂർണമായി വിസ്മരിക്കയും അവരെ തൻെറ നിലയിലേക്കു കൊണ്ടുവരുന്നതിനു് അങ്ങേയററം ശ്രമിക്കയും ചെയ്യും. മററു തരത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ മററുള്ളവർക്കു് എന്താണോ കിട്ടുവാൻ സാധ്യമല്ലാത്തതു അതുകൂടാതെ കഴിയുന്നതിൽ അയാൾ തൃപ്തനായിരിക്കും.

5

തുടർച്ചയായ മോഷണം നടത്തുന്ന ഒരു ജോലിക്കാരനെ സ്നേഹപൂർവമായ അപേക്ഷകൊണ്ടോ ശിക്ഷകൊണ്ടോ നേരെയാക്കാൻ സാധ്യമല്ലെന്നു വന്നാൽ യജമാനൻ എന്തുചെയ്യണം?

മററുള്ളവരും മോഷണസ്വഭാവികളാണെന്നുവരാം, അവരുടെ കളവു കണ്ടെത്തുന്നില്ലെങ്കിലും. നാമെല്ലാവരും മോഷ്ടാക്കളാണെന്നു സൂക്ഷ്മനിരീക്ഷണംകൊണ്ടു മനസ്സിലാവും. വ്യത്യാസം ഇതാണ്: നമ്മിൽ മിക്കവരും നമ്മോടു സഹിഷ്ണുതയുള്ളവരാണ്. കണ്ടുപിടിക്കപ്പെടുന്നവരും സാധാരണ സമ്പ്രദായത്തിൽപ്പെടാത്തവരുമായ മററുള്ളവരോടു നമുക്കു സഹിഷ്ണുതയില്ല. താൻ വിൽക്കുന്ന സാധനങ്ങൾക്കു കഴിയുന്നിടത്തോളം വില പരസ്യമായി ആവശ്യപ്പെടുന്ന ഒരുവൻ ഒരു മോഷ്ടാവല്ലെങ്കിൽ പിന്നെ ആരാണ്? വാങ്ങുന്നയാൾ സ്വമനസ്സാലെ കബളിപ്പിക്കപ്പെടുന്നുവെന്നാണ് ഇതിനുത്തരമെങ്കിൽ അതു ശരിയായ ഒരു സമാധാനവുമല്ല. വാസ്തവത്തിൽ വാങ്ങുന്നയാൾ മനസ്സോടെ വാങ്ങുകയല്ല. അയാൾ നിസ്സഹായനാണ്. പരാമർശിക്കപ്പെട്ട മോഷണം ധനികരായ ചുരുക്കം ചിലരും, നിർദ്ധനരായ ഭൂരിപക്ഷവും തമ്മിൽ എന്നും നടന്നുവന്നിട്ടുള്ള മത്സരത്തിന്റെ ലക്ഷണമാണ്. അതുകൊണ്ടു മോഷ്ടാവിന്റെ മാർഗത്തിലുള്ള എല്ലാ പ്രലോഭനങ്ങളും അകററുന്നതിനും അവനെ സ്വന്തം സഹോദരനെപ്പോലെ കരുതുന്നതിനും എത്രതന്നെ മനുഷ്യസ്നേഹപരമായ പെരുമാററത്തിനും അധീനപ്പെടുവാൻ അവൻ വിസമ്മതിക്കുമ്പോൾ അവനോട് അവന്റെ വഴിക്കു പൊയ്ക്കൊള്ളുവാൻ ആവശ്യപ്പെടുന്നതിനും ഞാൻ യജമാനന്മാരെ ഉപദേശിക്കുന്നു. അത്തരമൊരു സന്ദർഭത്തിൽ തന്റെ സ്വന്തം സഹോദരനോട് അതേ വിധമാണോ പെരുമാറുകയെന്നു യജമാനൻ എല്ലായ്പോഴും സ്വയം ചോദിക്കട്ടെ.

അദ്ധ്യായം അഞ്ച്

ലളിതജീവിതം

1

ജനലക്ഷങ്ങൾക്കു കിട്ടുവാൻ സാധ്യമല്ലാത്തതൊന്നും നമുക്കു വേണ്ടെന്നു ദൃഢനിശ്ചയം ചെയ്യുക എന്നുള്ളതാണ് ഏററവും നല്ല നിയമം. ഇങ്ങനെ ത്യജിക്കുന്നതിനുള്ള കഴിവു പെട്ടെന്നു നമ്മിൽ

5. Harijan, 21–7–1946 (Towards Non-violent Socialism, p. 90)
1. Young India, 24–6–1926 (Truth is God, p. 117)

ഉണ്ടാവുകയില്ല. ജനലക്ഷണങ്ങൾക്ക നിരാകരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന സമ്പത്തും സൗകര്യങ്ങളും നാം കൈവശം വയ്ക്കുകയില്ലെന്ന മനോഭാവം വളർത്തുകയാണ് ആദ്യം വേണ്ടതു്. ആ മനോഭാവത്തിനനുയോജ്യമാംവണ്ണം നമ്മുടെ ജീവിതം കഴിയുന്നിടത്തോളം ക്രമപ്പെടുത്തുകയെന്നതാണ് അടുത്തതും, ഉടനെ വേണ്ടതുമായ നടപടി.

2

യേശുക്രിസ്തു, മുഹമ്മദ്, ബുദ്ധൻ, നാനക്, കബീർ, ചൈതന്യൻ, ശങ്കരൻ, ദയാനന്ദൻ, രാമകൃഷ്ണൻ തുടങ്ങിയവർ ആയിരക്കണക്കിനാളുകളുടെമേൽ അത്യധികമായ സ്വാധീനം ചെലുത്തുകയും അവരുടെ സ്വഭാവം രൂപീകരിക്കയും ചെയ്തവരാണ്. അവർ ഈ ലോകത്തു ജീവിച്ചതുകൊണ്ടു് ഈ ലോകം കൂടുതൽ സമ്പന്നമായിട്ടുണ്ടു്. എന്നാൽ ദാരിദ്ര്യത്തെ തങ്ങളുടെ വിധിയായി മനഃപൂർവ്വം അംഗീകരിച്ചവരായിരുന്നു അവരെല്ലാവരും.

3

യഥാർത്ഥത്തിൽ നാഗരികത എന്ന പദംകൊണ്ടുദ്ദേശിക്കുന്നതു് ആവശ്യങ്ങളുടെ ഇരട്ടിപ്പല്ല, മനഃപൂർവമായും സ്വേച്ഛയനുസരിച്ചും ഉള്ള കുറയ്ക്കലാണ്. ഈ കുറവു് യഥാർത്ഥത്തിലുള്ള സന്തോഷവും സംതൃപ്തിയും വളർത്തുന്നു; സേവനത്തിനുള്ള ശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കയും ചെയ്യുന്നു. സ്ഥിരോത്സാഹംമൂലം ഒരുവനു തന്റെ ആവശ്യങ്ങൾ കുറയ്ക്കാം, ആവശ്യങ്ങളുടെ ഈ കുറവു സന്തോഷവും, ആരോഗ്യമുള്ള ശരീരവും, സമാധാനമുള്ള മനസ്സും ഉണ്ടാവാൻ സഹായകമാവുന്നു.

4

അതുകൊണ്ടു് എല്ലാം ത്യജിച്ച്, അവയെ ഈശ്വരന്നായി അർപ്പിക്കുക. എന്നിട്ടു ജീവിക്കുക. അങ്ങനെ ത്യാഗത്തിൽനിന്നു് ജീവിക്കുന്നതിനുള്ള അവകാശം ലഭിക്കുന്നു 'ഓരോരുത്തരും പ്രവൃത്തിയിൽ തങ്ങൾക്കുള്ള ഭാഗം ചെയ്യുമ്പോൾ, ഞാനും ചെയ്യാം എന്നു് അതു പറയുന്നില്ല. മറ്റുള്ളവരെക്കുറിച്ചു വിഷമിക്കേണ്ട. നിങ്ങളുടെ ജോലി ആദ്യം ചെയ്യുക. ബാക്കി ഈശ്വരനായി വിട്ടുകൊടുക്കുക' എന്നു് അതു പറയുന്നു.

5

അഹിംസയിൽക്കൂടി തുല്യവിതരണം എങ്ങനെ നടത്താമെന്നു് ഇനി നമുക്കു ചിന്തിക്കാം. ഈ ആദർശം തന്റെ അസ്തിത്വ

2. (Speeches & Writings of Mahatma Gandhi, p. 353) (Truth is God, p. 17)
3. From Yaravada Mandir(1930)ch VI(India of My Dreams,p. 54).
4. Harijan, 6–3–'37 (Truth is God,p. 117)
5. Harijan, 25–3–'40 (Sarvodaya–Its Principles and programmes p. 14)

ത്തിന്റെ ഒരംശമാക്കിത്തീർത്തിട്ടുള്ള ഒരാളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അതിനുള്ള ആദ്യത്തെ കാൽവെപ്പ് സ്വന്തം വ്യക്തിപരമായ ജീവിതത്തിൽ തദനുസരണമായ മാററങ്ങൾ വരുത്തുക എന്നതാണ്. ഇന്ത്യയിലെ ദാരിദ്ര്യം മനസ്സിൽകണ്ടുകൊണ്ട് തന്റെ ആവശ്യങ്ങളെ അവൻ അങ്ങേയററം ചുരുക്കും. അവന്റെ സമ്പാദ്യങ്ങൾ അസത്യസ്പർശനത്തിൽനിന്നു സ്വതന്ത്രമായിരിക്കും. ലാഭത്തെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കാനുള്ള ആഗ്രഹംതന്നെ അവൻ ത്യജിക്കും. ജീവിതത്തിന്റെ എല്ലാ തുറകളിലും പ്രയോഗിക്കുന്ന ആത്മനിയന്ത്രണമായിരിക്കും അവന്റെ സ്വഭാവം. അവന്റെതന്നെ ജീവിതത്തിൽ കഴിയുന്നിടത്തോളമെല്ലാം ചെയ്തതിനുശേഷമേ, ഈ ആദർശം തന്റെ സ്നേഹിതരുടെയും അയൽപക്കക്കാരുടെയും ഇടയ്ക്കു പ്രസംഗിക്കുവാനുള്ള നില അവനുണ്ടാകയുള്ളൂ.

6

ദൈവികമായ നിയമം അനുസരിച്ചു മനുഷ്യനു് അന്നന്നേക്കുള്ള ആഹാരം മാത്രമല്ലാതെ, അതിൽക്കൂടുതൽ ഒട്ടും ലഭ്യമാകുന്നില്ല. നാം ഈ ദൈവികനിയമം ഒന്നുകിൽ അറിയുന്നില്ല; അല്ലെങ്കിൽ അവഗണിക്കുന്നു. തന്മൂലം സകലവിധ അസമത്വങ്ങളും അവയുടെ കൂടപ്പിറപ്പുകളായ അരിഷ്ടതകളും ഉണ്ടാകുന്നു. ധനികർ പദാർത്ഥങ്ങൾ അമിതമായി സംഭരിച്ചിരിക്കുന്നു അതെല്ലാം അവർക്കു് അത്യാവശ്യമില്ലാത്തതുകൊണ്ടു് അവഗണിക്കപ്പെടുകയും അങ്ങനെ നഷ്ടപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. അതേസമയം അനേകമാളുകൾ അവയുടെ അഭാവത്തിൽ പട്ടിണികിടക്കയും തണുത്തു മരവിച്ചു മരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഓരോരുത്തനും അവനവനു് ആവശ്യമുള്ളതുമാത്രം കൈവശം വയ്ക്കുമെങ്കിൽ ഒരുത്തർക്കും ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടാകയില്ല. എല്ലാവരും സംതൃപ്തിയോടെ ജീവിക്കയും ചെയ്യും. ഇപ്പോഴത്തെ വ്യവസ്ഥിതിയിൽ ധനികരും പാവങ്ങളെപ്പോലെ അസംതൃപ്തരാണ്. ദരിദ്രനു് ഒരു ലക്ഷപ്രഭുവും, ലക്ഷപ്രഭുവിനു കോടീശ്വരനുമായിത്തീരണം. തങ്ങൾക്കു വിശപ്പടക്കാൻ വേണ്ടത്രമാത്രം ലഭിക്കുമ്പോൾ ദരിദ്രർ പലപ്പോഴും സംതൃപ്തരാകുന്നില്ല. എന്നാൽ അത്രയും ലഭിക്കാൻ അവർക്കു വ്യക്തമായ അവകാശമുണ്ടു്. അവർക്കതു ലഭ്യമാകുന്നുണ്ടെന്നു തിട്ടം വരുത്തേണ്ടതു സമൂഹത്തിന്റെ ചുമതലയാണ്. സംതൃപ്തഭാവം സർവത്ര വ്യാപിക്കണമെന്ന ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടി, ഈ സംഗതിയിൽ ധനികർ മുൻകൈ എടുക്കണം. അവർ തങ്ങളുടെ സമ്പത്തിന്റെ പരിധി മിതമാക്കുകമാത്രം ചെയ്താൽ സാധുക്കൾക്കു വളരെ എളുപ്പം ഭക്ഷണം ലഭിക്കയും അവർ ധനികരോടൊപ്പം സംതൃപ്തിയുടെ പാഠങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുകയും ചെയ്യും.

6. From Yaravada Mandir, ch. 6 (India of My Dreams, p. 54)

7

എല്ലാവരെയും തുല്യനിലയിൽ കാണുന്നതിനുള്ള കഴിവു നമ്മിൽ വളർത്തണമെന്നു നാം ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെങ്കിൽ മററുള്ളവർക്കു ലഭിക്കുന്നതുമാത്രം നാമും സ്വീകരിക്കുകയെന്ന ലക്ഷ്യം അംഗീകരിക്കണം. ആ നിലയ്ക്കു ലോകത്തിലുള്ളവർക്കെല്ലാം പാൽ ലഭിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ നമുക്കും അതുപയോഗിക്കാം. ഈശ്വരാ, ഞാൻ പാൽ കഴിക്കണമെന്ന് അങ്ങ് ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെങ്കിൽ ആദ്യം അതു മററുള്ളവർക്കു കൊടുക്കുമാറാകണം' എന്നിങ്ങനെ നാം ഈശ്വരനോടു പ്രാർത്ഥിക്കണം. എന്നാൽ അങ്ങനെ പ്രാർത്ഥിക്കാൻ ആർക്കു കഴിയും? മററുള്ളവരോടു വളരെയേറെ അനുകമ്പയുള്ളവരും, അവരുടെ നന്മയ്ക്കുവേണ്ടി പ്രവർത്തിക്കുന്നവരുമായ ആളുകൾക്കുമാത്രം. ഈ തത്ത്വം നമുക്കു പ്രയോഗത്തിൽ വരുത്തുവാൻ സാധിച്ചില്ലെങ്കിലും, നാം അതു മനസ്സിലാക്കുകയും അതിനെ വിലമതിക്കുകയും ചെയ്യണം. നാം വളരെ അധഃപതിച്ചിരിക്കുന്നതുകൊണ്ട് നാം ചെയ്യുന്നത് എത്ര തുച്ഛമാണെങ്കിലും അതു സ്വീകരിക്കണമെന്നും ഈ പാതയിൽ നാം പുരോഗമിക്കുന്നില്ലെങ്കിലും നമ്മുടെ സമ്പാദ്യങ്ങൾ കുറയ്ക്കുന്നതിനുള്ള കഴിവെങ്കിലും അദ്ദേഹം നമുക്കു നല്കണമെന്നും ആയിരിക്കണം ഈശ്വരനോടു തല്ക്കാലം നമ്മുടെ ഒരേ ഒരു പ്രാർത്ഥന. നമ്മുടെ പാപങ്ങളെക്കുറിച്ചു നാം പശ്ചാത്തപിക്കയാണെങ്കിൽ അവ ഇനിയും വർദ്ധിക്കയില്ല. യാതൊന്നും നമ്മുടെ സ്വന്തമാണെന്നു കരുതി നാം സൂക്ഷിക്കരുത്. കഴിവുള്ളിടത്തോളം നമ്മുടെ സമ്പാദ്യങ്ങൾ പരിത്യജിക്കുവാൻ നാം ശ്രമിക്കണം.

8

ധനികർ പാവങ്ങളെ ഞെരുക്കിയിട്ടാണു ജീവിക്കുന്നത്. മററു മാർഗമൊന്നുമില്ല. അവരുടെ ചുമതല പിന്നെയെന്താണ്? മിച്ചമുണ്ടാക്കുന്നവൻ അത്രത്തോളം സമ്പാദിക്കുന്നു; അതായത് അവൻ അത്രത്തോളം ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടു സാധുക്കളിൽ അനുകമ്പ തോന്നുന്നവർ, അവരോടു തുല്യരായി തങ്ങളെ കാണുന്നതിനാഗ്രഹിക്കുന്നവർ, തങ്ങളുടെ ആവശ്യങ്ങൾ ചുരുക്കണം. അതിനു പല മാർഗങ്ങളുണ്ട്.... ധനികർ വളരെയധികം ഭക്ഷണം കഴിക്കുകയും ഉപയോഗശൂന്യമാക്കിക്കളയുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ട്.

പണത്തിന്റെ ദുർഭിക്ഷതയുമുണ്ട്. ധാന്യം കിട്ടാനുണ്ടാവാം; എന്നാൽ അതു വാങ്ങാൻ പണമില്ല. പണമില്ലാത്തതിനു കാരണം തൊഴിലില്ലായ്മയാണ്. തൊഴിൽ കണ്ടുപിടിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. നൂൽ നൂല്പ് ഏററവും വേഗം ലഭിക്കുന്നതും ഏററവും സൗകര്യമുള്ളതുമാണ്. എന്നാൽ പ്രാദേശികമായ ആവശ്യങ്ങളനുസരിച്ചു തൊഴിലിനു വേറെ വഴികളുണ്ടാവും. തൊഴിൽ കിട്ടുന്നതിനു

7. Manibehn's Notes (1926) (Bapu's Letters to Ashram Sisters p.105)
8. Harijan, 25-1-'42 (Food Shortage and Agriculture, pp. 3—4).

ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടാകാത്തവണ്ണം, ലഭ്യമാകുന്ന ഓരോ തുറയിലും പണിയെടുക്കണം. അലസർക്കു മാത്രമേ ബുദ്ധിമുട്ടും പട്ടിണിയും ഉണ്ടാവൂ. അവർക്കതുണ്ടാവുകയും വേണം. ക്ഷമാപൂർവമായി കൈകാര്യം ചെയ്താൽ ഈ വിഭാഗത്തെയും അവരുടെ അലസത കളയുവാൻ പ്രേരിപ്പിക്കാവുന്നതാണു്.

9

ക്ഷാമകാലത്തെന്തു ചെയ്യണം:

ക്ഷാമകാലത്തു ഭക്ഷണമിതവ്യയം എങ്ങനെ സാധ്യമാക്കാമെന്നതിൽ ഞാൻ മുമ്പേ തന്നെ ചില ഉപദേശങ്ങൾ നൽകിയിട്ടുണ്ടു്.

അത്തരം മിതവ്യയം ഉടൻതന്നെ തുടങ്ങണം. വൃഥാവ്യയം ഉണ്ടാകാത്തവിധവും ഏററവും കൂടുതൽ മിതവ്യയം സാദ്ധ്യമാകത്തക്കവണ്ണവും ആഹാരം ശാസ്ത്രീയമായി ക്രമീകരിക്കണം.

കൃഷിചെയ്യാൻ സാദ്ധ്യതയുള്ള എല്ലാ ഭക്ഷണദ്രവ്യങ്ങളും ഉടൻ കൃഷിചെയ്യണം.

ഭക്ഷിക്കാൻ കൊള്ളാവുന്നതും ധാരാളമായി വളരുന്നതും ആയ ചെടികൾ ഉപയോഗിക്കണം. ഇക്കാര്യത്തിൽ ഗവേഷണം നടത്തേണ്ടതുണ്ടു്.

ഒരുവനും അലസനായിരിക്കരുതു്. തൊഴിൽ കണ്ടുപിടിക്കാൻ സാധ്യമല്ലെങ്കിൽ അവൻ സ്വയം എന്തെങ്കിലും ജോലി ഉണ്ടാക്കണം. ഉദാഹരണമായി നൂൽനൂൽപ്പാകാം.

10

വെള്ളമുള്ളതോ ഉണ്ടാക്കാവുന്നതോ ആയ കൃഷിയിടങ്ങളിലെല്ലാം ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ കൃഷിചെയ്യണം. പൂന്തോട്ടങ്ങൾ ഭക്ഷ്യവിളവുകൾ വിളയിക്കുന്നതിനുപയോഗിക്കണം. യുദ്ധകാലത്തു് ഇങ്ങനെ ചെയ്തുവന്നിരുന്നു. നമ്മുടെ പക്കലുള്ള ധാന്യം മുഴുവൻ തീരുന്നതിനുമുമ്പു്, നാം പിശുക്കരെപ്പോലെ ചെലവു ചുരുക്കണം. ആഘോഷച്ചടങ്ങുകളെല്ലാം നിർത്തണം. തങ്ങളുടെ വീടുകളിൽത്തന്നെ ചെലവു ചുരുക്കി ഇത്തരം വിഷമാവസ്ഥകൾ പരിഹരിക്കുന്നതിനു സ്ത്രീകൾക്കു് ഏററവും മഹത്തായ ഒരു പങ്കു വഹിക്കാവുന്നതാണു്. ഏതു തരത്തിലുള്ള സർക്കാരുമായിക്കൊള്ളട്ടെ, അതു ജനങ്ങളെ തടസ്സപ്പെടുത്തുന്നതിൽനിന്നു ഒഴിഞ്ഞുനിൽക്കുമെങ്കിൽ നമ്മുടെ ദൈനംദിനപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പത്തിൽ ഒമ്പതു ഭാഗവും സർക്കാരിന്റെ സഹായം കൂടാതെ നമുക്കു നടത്താവുന്നതാണു്. എന്തു സഹിച്ചും പരിഭ്രമം കൂടാതെ കഴിക്കണം. യഥാർത്ഥത്തിൽ മരണം സംഭ

9. Harijan, 22–3–1942 (Food Shortage and Agriculture, p. 5)
10. Harijan, 17–2–1946 (Food Shortage and Agriculture, pp. 6—7)

വിക്കുന്നതിനുമുമ്പ് മരിക്കുവാൻ നാം കൂട്ടാക്കരുതു്. ഇന്ത്യയിലെ അസ്ഥിപഞ്ജരങ്ങളെ സ്മരിക്കുക. നമ്മാൽ കഴിവുള്ള ഏററവു തുച്ഛമായ സഹായം അവക്കു ചെയ്തുകൊടുക്കുക. എന്നാൽ ഇന്ത്യയെസ്സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം എല്ലാം മംഗളമായി ഭവിക്കും. നമുക്കു ആനന്ദിക്കാനുള്ള ചുററുപാടുകളുണ്ടെന്നതുകൊണ്ടു് നമ്മുടെ തൊട്ട അയൽപക്കത്തുള്ളവന്റെ സ്ഥിതിയും അതാണെന്ന വിശ്വാസത്തിൽ നാം മയങ്ങാതിരിക്കുക.

11

ഓരോ വ്യക്തിയും ആഹാരം സംബന്ധിച്ച തന്റെ പ്രതിദിന ആവശ്യങ്ങൾ ഏററവും കുറഞ്ഞ തോതിലേക്കു പരിമിതിപ്പെടുത്തണം. അതു് അവരുടെ ആരോഗ്യത്തിനു ചേർന്ന വിധത്തിലുമായിരിക്കണം പാൽ, പച്ചക്കറി, എണ്ണ, പഴങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ ലഭ്യമാകുന്ന പട്ടണങ്ങളിലാണെങ്കിൽ ധാന്യങ്ങളും, പയർവർഗങ്ങളും ഉപയോഗിക്കുന്നതു കുറയ്ക്കണം. അതെളുപ്പവുമാണ്. ധാന്യനൂറു് അടങ്ങിയ കിഴങ്ങുകളിൽനിന്നും—കാരട്ടു്, ഉരുളൻകിഴങ്ങു്, ചേന, കാച്ചിൽ ഏത്തയ്ക്കാ തുടങ്ങിയവയിൽനിന്നും അതു ലഭിക്കും. സംഭരിച്ചു സൂക്ഷിക്കാവുന്ന ധാന്യങ്ങളും പയർവർഗങ്ങളും തല്ക്കാലത്തെ ആഹാരക്രമത്തിൽനിന്നു് ഒഴിച്ചുനിർത്തി ശേഖരിക്കുന്നതിനാണു് ഈ പദ്ധതി. ദശലക്ഷക്കണക്കിനു ആളുകൾക്കു പച്ചക്കറികൾ ഉപയോഗിക്കാൻ സാധിക്കുന്നില്ല. ധാന്യങ്ങളുടെയും പയർവർഗങ്ങളുടെയും ക്ഷാമത്താൽ അവർ പട്ടിണി ഭയന്നാണു് കഴിയുന്നതു്; ഈ ചുററുപാടിൽ കേവലം ആനന്ദത്തിനുവേണ്ടി നാം മലക്കറികളും ഉപയോഗിക്കരുതു്.

വെള്ളം ലഭിക്കുന്നതിനു സാധ്യതയുള്ള ഓരോരുത്തനും തനിക്കു വേണ്ടിയോ പൊതുപയോഗത്തിനുവേണ്ടിയോ ഭക്ഷിക്കാൻ കൊള്ളാവുന്ന എന്തെങ്കിലും വളത്തുവാൻ ശ്രമിക്കണം. ഇതു ചെയ്യുന്നതിനുള്ള ഏററവും സുകരമായരീതി ഇതാണ്: വൃത്തിയുള്ള മണ്ണു ശേഖരിക്കുക. ജൈവവളം അതിൽ കലത്തുക. ഉണങ്ങിയ ചാണകം കിട്ടുമെങ്കിൽ അതു നല്ലൊരു ജൈവവളമാണ്. ഇതു മണ്ണുകൊണ്ടോ തകരംകൊണ്ടോ ഉണ്ടാക്കിയ ഒരു പാത്രത്തിൽ ഇട്ടു് അതിൽ എന്തെങ്കിലും പച്ചക്കറിവിത്തു പാവുക. ദിവസവും വെള്ളമൊഴിക്കണം. എത്ര പെട്ടെന്നാണ് അവ മുളയ്ക്കുന്നതെന്നു് അത്ഭുതംതോന്നും. അവ നൽകുന്ന ഭക്ഷണയോഗ്യമായ ഇലകൾ പാകം ചെയ്യുകപോലും വേണ്ട. അവ ചട്ണിയാക്കി ഉപയോഗിക്കാം.

ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ വളർത്തുന്നതിനു് എല്ലാ പൂന്തോട്ടങ്ങളും ഉപയോഗിക്കണം. ഈ കാര്യത്തിൽ വൈസ്രോയിയും ഗവർണർ

11. Harijan, 22-2-'46 (Food Shortage and Agriculture, p. 9)

മാരും ഉയർന്ന ഉദ്യോഗസ്ഥന്മാരുമാണ വഴികാട്ടേണ്ടതെന്നു ഞാൻ നിർദ്ദേശിക്കുന്നു.

12

ഇന്നു് ബോംബെ തുടങ്ങിയ വലിയ പട്ടണങ്ങളിൽ വിരുന്നുകൾക്കും ആഘോഷങ്ങൾക്കുമായി ഒരു വലിയ പങ്കു് ആഹാരം വ്യർത്ഥമാക്കിക്കളയുന്നുണ്ടു്, ഈ അടിയന്തിരഘട്ടത്തിൽ ഓരോമണി ഭക്ഷണധാന്യവും, ഓരോ തുള്ളി എണ്ണയും നെയ്യും സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കേണ്ടതു ഓരോ പുരുഷൻേറയും സ്ത്രീയുടെയും കുട്ടികളുടെയും വിശുദ്ധമായ കർത്തവ്യമാണു്. ജനലക്ഷങ്ങൾ പട്ടിണികൊണ്ടു മരണത്തെ നേരിടാറായിക്കഴിഞ്ഞ അവസരത്തിൽ ശരീരത്തെ ആരോഗ്യത്തോടും ഉത്സാഹത്തോടും കൂടി സൂക്ഷിക്കുന്നതിനാവശ്യമുള്ളതിലധികം ഒരാൾ ഭക്ഷിക്കരുതു്. അങ്ങനെ ശേഖരിക്കപ്പെടുന്ന ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ ധർമ്മമായിട്ടല്ല സത്യസന്ധമായ പ്രവൃത്തിയുടെ വേതനമായി ആവശ്യക്കാരായ ദരിദ്രരുടെ ഇടയിൽ വിതരണം ചെയ്യാം.

13

ലഘുവായ വസ്ത്രധാരണരീതി:

ഡക്കാൻസാരി ഭംഗിയുള്ള ഒന്നാണു്. എന്നാൽ രാജ്യത്തെ ബലിയർപ്പിച്ചുകൊണ്ടുമാത്രമേ അതു നേടുവാൻ കഴിയൂ എങ്കിൽ ആ ഭംഗി അതിൻേറ വഴിക്കു പോകട്ടെ എന്നു വയ്ക്കണം. കച്ചിരീതിയിലുള്ള ചെറിയ സാരിയുടെയോ പഞ്ചാബുകാരുടെ ഓഢനിയുടെയോ ഉപയോഗത്താൽ ഖാദിധാരണം ചെലവു കുറഞ്ഞതും സുകരവും ആയിത്തീരുമെങ്കിൽ അവ യഥാർത്ഥത്തിൽ കലാപരമാണെന്നു നാം കരുതണം. ഡക്കാണി, ഗുജറാത്തി, കച്ചി, ബംഗാളി എന്നീ സാരിധാരണരീതികളെല്ലാം പലതരത്തിലുള്ള ദേശീയസമ്പ്രദായങ്ങളാണു്. അവയിൽ ഓരോന്നും മററവയെപ്പോലെ തന്നെ ദേശീയമാണു്. വസ്തുതകൾ ഇങ്ങനെയിരിക്കെ, എത്രയും കുറച്ചു് അളവു തുണിമാത്രം മതിയാകുന്ന സമ്പ്രദായത്തിനാണ പ്രാധാന്യം നൽകേണ്ടതു്. അതു സഭ്യതയ്ക്കു നിരക്കുന്നതുകൂടി ആയിരിക്കയും വേണം. അത്തരത്തിലുള്ളതാണ കച്ചിരീതി, അതിനു 3 ഗജം തുണിമാത്രം മതി. അതായതു്, ഗുജറാത്തിസാരിയുടെ ഏകദേശം പകുതി നീളംമാത്രം. ഭാരം കുറവുള്ളതുകൊണ്ടു പ്രയാസം കുറയുമെന്നു പറയേണ്ടതില്ലല്ലോ. പച്ചെദോവും പെററിക്കോട്ടും ഒരേ നിറത്തിലാണെങ്കിൽ അതു വെറും ഒരു പച്ചെദോ മാത്രമാണോ അതോ മുഴവൻ സാരിയാണോ എന്നു് ആക്കും ഒററ നോട്ടത്തിൽ മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയില്ല. ഇത്തരം ദേശീയവസ്ത്രധാരണരീതികൾ പര

12. Harijan, 3–3– 1946(Food Shortage and Agriculture, p. 16)
13. Young India, 2–2–'28 (Khadi. p. 35)

സ്വപരം കൈമാറുകയും അനുകരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതു വളരെ ആശാസ്യമാണ്.

ഇടത്തരക്കാരും അതിലധികം ദരിദ്രരുമായ ദേശാഭിമാനികൾ ഖാദിധാരണത്തിൻെറ ചെലവും അസൗകര്യവും കുറയ്ക്കുവാനുതകുന്ന ഏതെങ്കിലും പ്രാദേശിക വസ്ത്രധാരണരീതി സ്വീകരിക്കുന്നതിൽ അഭിമാനം കൊള്ളേണ്ടതാണ്. അവിടെയും അവർ ദരിദ്രരിൽ ദരിദ്രരായവരുടെ വസ്ത്രധാരണരീതിയിലാണു ശ്രദ്ധ പതിപ്പിക്കേണ്ടതു്.

14

പണം എന്തിനു്, എപ്പോൾ:

പണം മനുഷ്യനെ നിസ്സഹായനാക്കിത്തീർക്കുന്നു. ഇത്ര അപകടകരമായ മറെറാരു കാര്യം ലൈംഗികദുർവൃത്തിയാണ്. രണ്ടും വിഷമാണ്. ഒരു പാമ്പിൻെറ കടി, ഇവ രണ്ടിനേക്കാളും വിഷം കുറഞ്ഞതാണ്. കാരണം, അതു ശരീരത്തെ മാത്രമേ നശിപ്പിക്കുന്നുള്ളൂ. എന്നാൽ ഇവ രണ്ടും ശരീരത്തെയും മനസ്സിനെയും ആത്മാവിനെയും നശിപ്പിക്കും.

15

നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തിനഭിനന്ദനാർഹമാണ് നിങ്ങളുടെ കത്തു്, വാസ്തവത്തിൽ തൽക്കാലം എനിക്കു് 50 രൂപ ആവശ്യമില്ല. ഇപ്പോൾ ഞങ്ങൾക്കാവശ്യമുള്ളതിൽ കൂടുതൽ ഇവിടെയുണ്ട്. മറെറന്തെങ്കിലും കാര്യത്തിനായി ഇതുപയോഗിക്കുന്നതിനെക്കുറിച്ച് നിങ്ങൾക്കു് ഒന്നും തോന്നുന്നില്ലെങ്കിൽ അടിയന്തിരഘട്ടത്തിലുപയോഗിക്കുന്നതിനുള്ള ഒരു നിധിയായി സൂക്ഷിക്കുന്നതിനു് ആശ്രമത്തിലേക്കു് അയയ്ക്കുക. ആശ്രമത്തിനു തൽക്കാലം പണംകൊണ്ടാവശ്യമില്ല. എൻെറ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കാവശ്യമായ ധനസഹായമെല്ലാം എൻെറ പ്രാർത്ഥനയനുസരിച്ച് ഏതോ വഴിക്കു ലഭിച്ചതാണെന്നറിയുമ്പോൾ ഒരുപക്ഷേ, നിങ്ങൾ അത്ഭുതപ്പെടുകയില്ലായിരിക്കും. ധർമം ചോദിക്കുന്നതിനു ഞാൻ നിർബന്ധിതനായിട്ടില്ല; അതായതു ഞാൻ ഏറെറടുത്തിട്ടുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുന്നതിനുവേണ്ടി. എന്നാൽ അതൊരു നീണ്ട കഥയാണ്. അതിലേക്കു് ഇപ്പോൾ പ്രവേശിക്കാൻ എനിക്കു സാധ്യമല്ല.

14. Indian Home Rule, p. 94
15. 19–5– '17(എസ്‌തർ ഫെയറിംഗിനു് എഴുതിയ ഒരു കത്തിൽ നിന്നു്)
My Dear Child, p.10

16

ഇന്നത്തെക്കാര്യം നാം ശ്രദ്ധിക്കുമെങ്കിൽ നാളേയ്ക്കുവേണ്ടി ഈശ്വരൻ കരുതിക്കൊള്ളും.

17

കഴിഞ്ഞ ദിവസം ഒരു ഇംഗ്ലീഷ്പത്രത്തിൽനിന്നു് ഒരു ഭാഗം വെട്ടിയെടുത്തു് ഒരു സ്നേഹിതൻ എനിക്കയച്ചുതരികയുണ്ടായി. ഒരു ഇംഗ്ലീഷുകാരനു് ഇന്ത്യയിൽ ജീവിക്കുന്നതിനു് 500 രൂപ മതിയാകയില്ലെന്നു് ആ പത്രം കരുതുന്നു. മാസംതോറും 1500 രൂപയിൽ കൂടുതൽ കിട്ടുന്നില്ലെങ്കിൽ ഇന്ത്യയിലേക്കു തുനിഞ്ഞിറങ്ങുന്നതിനെതിരായി ഇംഗ്ലീഷുകാർക്കു് അതു മുന്നറിയിപ്പു നൽകുന്നു. ആ ജീവിതത്തോതിനോടു വഴക്കടിച്ചിട്ടു കാര്യമില്ല. ലേഖകൻെറ വീക്ഷണത്തിൽ പ്രതിമാസം 1500 രൂപ അപര്യാപ്തമാണെന്നു പ്രകടമാണു്. കാരണം ക്ലബ്ബുജീവിതം, മോട്ടോർകാർ, ഉഷ്ണകാലങ്ങളിൽ സുഖവാസസ്ഥലങ്ങളിലേക്കു മാറിത്താമസിക്കൽ, ഇംഗ്ലണ്ടിൽ കുട്ടികളെ വിദ്യാഭ്യാസം ചെയ്യിക്കൽ തുടങ്ങിയവ ഏററവും താണതോതിലുള്ള ആവശ്യങ്ങളായി അദ്ദേഹം കരുതുന്നു. ഈ ജീവിതത്തോതിനെക്കുറിച്ചു് ഒരാറംകു പറയാവുന്നതും, പറയേണ്ടതും ഇതാണു്: അനപേക്ഷണീയമായ കുറഞ്ഞ പരിമിതി ഇതാണെങ്കിൽ അതു ഇന്ത്യയ്ക്കു വഹിക്കാൻ സാധിക്കാത്തവണ്ണം ചെലവു കൂടിയതാണു്. ഇംഗ്ലീഷുകാരായ ഉദ്യോഗസ്ഥന്മാരുടെ സേവനം മൊത്തത്തിൽ എത്രതന്നെ ഗുണപ്രദമാണെന്നു തെളിയിക്കപ്പെട്ടാലും, അദ്ധ്വാനിക്കുന്ന ജനലക്ഷങ്ങൾക്കു ജീവിക്കണമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ അവർക്കു് ഇത്തരം ഗുണകരമായ സേവനങ്ങൾ കൂടാതെതന്നെ കഴിഞ്ഞുപോകേണ്ടിവരും. കാരണം, ആ പ്രയോജനം അവരുടെ ധനസ്ഥിതിക്കു നേടുവാൻകഴിയുന്നതിനപ്പുറമാണു്. ഇന്ത്യയിലെ ജനങ്ങളെ ഹിമാലയത്തിലെ ഏതെങ്കിലും പീഠഭൂമിയിലേക്കു മാററിപ്പാർപ്പിക്കാമെങ്കിൽ ഈ ലോകത്തെ അവരുടെ ജീവിതദൈർഘ്യം ഇരട്ടിപ്പിക്കുവാൻ വ്യക്തമായും സാധിക്കുമെന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു. എന്നാൽ ഈ നിർദേശം തങ്ങളുടെ പ്രാപ്തിക്കപ്പുറത്താണെന്നു പറഞ്ഞു് അവർ അതിനെ പരിഹാസപൂർവം അവഗണിക്കും.

18

അടുത്തുവരുന്ന ദീപാവലി ഉത്സവത്തിനു കുറെ പണം വെടിക്കെട്ടിനും, വൃത്തികെട്ട മധുരപലഹാരങ്ങൾക്കും, അനാരോഗ്യകര

16. Young India, 13–10–'21 (Truth is God, P. 117)
17. Young India,28–4–'27(Towards Non–violent Socialism,p.145)
18. Young India, 25–10–'28 (To the Students, p. 147)

മായ ദീപക്കാഴ്ചകൾക്കുംവേണ്ടി ചെലവാക്കാൻ ഒരുങ്ങുന്ന ചിലരെ ഞാൻ ഗുണദോഷിക്കണമെന്ന് ഒരു ലേഖകൻ ആവശ്യപ്പെടുന്നു. സന്തോഷപൂർവം ഞാനതിനു വഴങ്ങുന്നു. എന്റെ ഇഷ്ടം നടക്കുമായിരുന്നെങ്കിൽ ഈ ദിവസങ്ങളിൽ അളുകളെക്കൊണ്ടു ഗൃഹശുചീകരണവും, ഹൃദയശുചീകരണവും നടത്തിക്കുകയും കുട്ടികൾക്കുവേണ്ടി നിരുപദ്രവവും വിജ്ഞാനദായകവുമായ വിനോദങ്ങൾ ഏർപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുമായിരുന്നു. വെടിക്കെട്ടുകൾ കുട്ടികൾക്കു സന്തോഷദായകമാണെന്നെനിക്കറിയാം. എന്നാൽ അതു മുതിർന്നവരായ നാം അവരെ വെടിക്കെട്ടു കണ്ടു രസിക്കാൻ ശീലിപ്പിച്ചതുകൊണ്ടാണ്. പഠിപ്പില്ലാത്ത ആഫ്രിക്കൻ കുട്ടികൾ വെടിക്കെട്ടു കാണണമെന്ന് ആവശ്യപ്പെടുന്നതോ അതു ആസ്വദിക്കുന്നതോ ആയി ഞാൻ മനസ്സിലാക്കിയിട്ടില്ല, അതിനുപകരം അവർക്കു നൃത്തങ്ങളാണുള്ളത്. കുട്ടികൾക്കു കായികവിനോദങ്ങളേക്കാളും വിനോദയാത്രകളേക്കാളും ഗുണകരമോ ആരോഗ്യകരമോ ആയി വേറെ എന്താണുള്ളത്?' വിനോദയാത്രകൾക്കു പോകുമ്പോൾ നല്ലതോ ചീത്തയോ എന്നു നിശ്ചയമില്ലാത്തതും അങ്ങാടിയിലുണ്ടാക്കിയതുമായ മധുരപദാർത്ഥങ്ങളല്ല പുതിയതും ഉണക്കിയതുമായ പഴങ്ങളാണ് അവർ കൊണ്ടുപോകേണ്ടതു്. ധനികരും ദരിദ്രരും ആയ കുട്ടികളെ ഗൃഹശുചീകരണവും വെള്ളയടിയും അവർതന്നെ ചെയ്യുവാൻ പരിശീലിപ്പിക്കണം. ആരംഭത്തിൽ അവധിദിവസങ്ങളിൽമാത്രമെങ്കിലും അവരെ അനുനയിപ്പിച്ചു ജോലിചെയ്യുന്നതിലുള്ള അന്തസ്സ് മനസ്സിലാക്കുന്നതിന് അവരെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നതു ഒരു വലിയ കാര്യമാണ്. എന്നാൽ എനിക്ക് ഊന്നിപ്പറയാനുള്ള കാര്യം വെടിക്കെട്ടുകൾ ഒഴിവാക്കുന്നതിൽനിന്നും സമ്പാദിക്കാനുള്ള പണം, മുഴുവനായിട്ടല്ലെങ്കിൽ ഒരു ഭാഗമെങ്കിലും ഖാദിപ്രോത്സാഹനത്തിനായി നൽകണം എന്നതാണ്. അതു് ഒരു ശാപമായി കരുതുന്നരുണ്ടെങ്കിൽ ദരിദ്രരെ സേവിക്കാനുതകുന്ന മറ്റേതെങ്കിലും ഒരു സംഗതിക്കായി കൊടുത്താൽ മതി. വിശേഷദിവസങ്ങളിൽ നാട്ടിലെ ദരിദ്രരെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കയും തങ്ങളോടൊപ്പം അവരെ പങ്കുചേർക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിൽ കൂടുതലായി മറ്റൊരു സന്തോഷം പുരുഷന്മാർക്കോ സ്ത്രീകൾക്കോ ചെറുപ്പക്കാർക്കോ പ്രായമായവർക്കോ ഉണ്ടാവുക സാധ്യമല്ല.

അദ്ധ്യായം ആറ്

വീട്ടുമൃഗങ്ങൾ

എ. ഗോസേവയുടെ അടിസ്ഥാനം

1

മനുഷ്യരേക്കാൾ താഴ്ന്ന ജീവികളിൽ ഏററവും ശുദ്ധമായ വർഗമാണു പശു. ജീവികളിൽ പ്രഥമസ്ഥാനമർഹിക്കുന്ന മനുഷ്യന്റെ കൈകളിൽനിന്ന് അവയേക്കാൾ താഴ്ന്ന ജന്തുവർഗത്തിനു മുഴുവനും നീതി ലഭിക്കുവാൻവേണ്ടി പശു നമ്മോട് ആ ജന്തുക്കളുടെ പേരിൽ അപേക്ഷിക്കുന്നു. അവൾ തന്റെ കണ്ണുകളിൽക്കൂടി നമ്മോട് ഇങ്ങനെ പറയുന്നതായി തോന്നുന്നു: 'ഞങ്ങളെ കൊന്നുതിന്നുന്നതിനോ മറേറതെങ്കിലും തരത്തിൽ ഉപദ്രവിക്കുന്നതിനോ അല്ല, ഞങ്ങളുടെ സ്നേഹിതനും രക്ഷാകർത്താവുമായിരിക്കുന്നതിനാണു നിങ്ങളെ നിയോഗിച്ചിരിക്കുന്നത്.'[1]

2

മനുഷ്യന്റെ വളർച്ചയെക്കുറിക്കുന്ന ഏററവും പ്രധാനമായ സംഭവങ്ങളിൽ ഒന്നാണ്, എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ ഗോരക്ഷ. അതു മനുഷ്യനെ തന്റെ വർഗത്തിനുമപ്പുറത്തേക്കുയർത്തുന്നു. എന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ പശു മനുഷ്യനെക്കാൾ താഴ്ന്ന സമസ്തജന്തുലോകത്തെയും പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്നു. അവളിൽക്കൂടി മനുഷ്യൻ സർവ്വജീവജാലങ്ങളുമായുള്ള ഏകീഭാവം സാക്ഷാത്കരിക്കണമെന്നു വിധിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഈ ഉന്നതപദവി നൽകാൻ പശു തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത് എന്തുകൊണ്ടാണെന്ന് എനിക്കു വ്യക്തമാണ്. ഇന്ത്യയിൽ പശുവായിരുന്നു ഏററവും നല്ല ബന്ധു. സമൃദ്ധിയുടെ ദാതാവാണവൾ. അവൾ പാൽ നൽകുക മാത്രമല്ല, കൃഷി സാധ്യമാക്കുകയും ചെയ്തു. കാരുണ്യത്തിന്റെ ഒരു കവിതതന്നെയാണു പശു. സൗമ്യസ്വഭാവിയായ ആ മൃഗത്തിൽ കാരുണ്യം പ്രസ്ഫുരിക്കുന്നതു കാണാം. ഇന്ത്യയിലെ ജനലക്ഷങ്ങളുടെ മാതാവാണവൾ. ഗോസംരക്ഷണം, ഈശ്വരന്റെ മൂകസൃഷ്ടിയുടെ മുഴുവൻ സംരക്ഷണമാണ്. പുരാതനദാർശനികൻ അദ്ദേഹം ആരായിരുന്നാലും ശരി പശുവിൽനിന്നാണു തുടങ്ങിയത്. താണപടിയിലുള്ള സൃഷ്ടികൾ മൂകമായതുകൊണ്ട് അവയുടെ അഭ്യർത്ഥന കുറെക്കൂടി ശക്തമായതാണ്.[2]

---

1. Young India, 26-6-'24 (Truth is God, p· 105)
2. Young India, 6-10-'21 (How to Serve the Cow, p.34)

3

പശു എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം കാരുണ്യത്തിന്റെ കവിതയാണ്. ഞാൻ അതിനെ ആരാധിക്കുന്നു. ലോകം മുഴുവൻ എതിർത്താലും ശരി ഗോപൂജയെ ഞാൻ പിൻതാങ്ങുകയും ചെയ്യും.

4

ഗോസംരക്ഷണത്തിനു പ്രേരകമായ ഉദ്ദേശ്യം 'തികച്ചും സ്വാർത്ഥപര'മല്ല. അതിൽ സ്വാർത്ഥപരമായ ഉദ്ദേശ്യങ്ങളും നിസ്സംശയം കടന്നുകൂടുന്നുണ്ടായിരിക്കാം. പൂർണമായും സ്വാർത്ഥപരമായിരുന്നു അതെങ്കിൽ അവളെക്കൊണ്ടുള്ള പൂർണമായ ഉപയോഗം അവസാനിച്ചുകഴിയുമ്പോൾ അന്യരാജ്യങ്ങളിൽ ചെയ്യുന്നതുപോലെ തന്നെ അവയെ നാം കൊല്ലുമായിരുന്നു. എന്നാൽ കനത്ത ഒരു ഭാരമായി അനുഭവപ്പെട്ടാലും ഹിന്ദുക്കൾ അവളെ കൊല്ലുകയില്ല. ഒരു പ്രകാരത്തിൽ ഈ വഴിക്കു നടത്തുന്ന പ്രയത്നങ്ങളുടെ വാചാലമായ തെളിവാണ്. അംഗവൈകല്യമുള്ളവയും ഉപയോഗശൂന്യമായവയുമായ പശുക്കളെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനു ദയാനിധികളായ ആളുകളാൽ സ്ഥാപിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന എണ്ണമററ ഗോശാലകൾ. ഇന്ന് അവ ഉദ്ദിഷ്ട ലക്ഷ്യപ്രാപ്തിക്കു തീരെ പര്യാപ്തമല്ലാത്ത സ്ഥാപനങ്ങളായിട്ടുണ്ടെങ്കിലും ആ വസ്തുത ആ പ്രവൃത്തിയുടെ പിന്നിലുള്ള ഉദ്ദേശ്യത്തിന്റെ മൂല്യത്തെ കുറയ്ക്കുന്നില്ല.

5

നമുക്കു ജന്മംതന്ന മാതാവിനേക്കാൾ പലതരത്തിലും ഗോമാതാവ് ഉൽകൃഷ്ടയാണ്. നമ്മുടെ അമ്മ രണ്ടു കൊല്ലക്കാലം നമുക്കു പാൽ നൽകിയിട്ടുണ്ട്, നാം വളരുമ്പോൾ അവരെ പരിപാലിക്കുമെന്നു പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. ഗോമാതാവു പുല്ലും ധാന്യവുമല്ലാതെ മറെറാന്നും നമ്മിൽനിന്നു പ്രതീക്ഷിക്കുന്നില്ല. നമ്മുടെ അമ്മ പലപ്പോഴും രോഗബാധിതയാകുകയും, നമ്മിൽനിന്നും സേവനം പ്രതീക്ഷിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ഗോമാതാവിനു വളരെ വിരളമായേ സുഖക്കേടു പിടിപെടുകയുള്ളു. മരണത്തിൽപോലും അവസാനിക്കാത്ത സേവനത്തിന്റെ അവിച്ഛിന്നമായ ചരിത്രമാണ് അവളുടേത്. നമ്മുടെ അമ്മയുടെ മരണംകൊണ്ടു ശവമടക്കത്തിന്റെയോ ശവദാഹത്തിന്റെയോ ചെലവാണുണ്ടാകുന്നത്. മരിച്ച ഗോമാതാവു ജീവിച്ചിരുന്നപ്പോഴത്തേതുപോലെതന്നെ പ്രയോജനപ്രദയാണ്. അവളുടെ ശരീരത്തിന്റെ ഓരോ ഭാഗവും—മാംസം, എല്ല്, കുടൽമാല, കൊമ്പ്; തോൽ ഇവയെല്ലാം—നമുക്കുപയോഗിക്കാം.

---

3. Young India, 1–1–'25 (How to Serve the Cow, pp. 3—4)
4. Young India, 11–1–'26 (How to Serve the Cow, p. 5)
5. Harijan, 15–9–'40 (How to Serve the Cow, p. 4)

നമുക്കു ജന്മംനൽകിയ അമ്മയെ തരംതാഴ്ത്തുന്നതിനല്ല ഞാനിതു പറയുന്നതു്, ഞാൻ പശുവിനെ ആരാധിക്കുന്നതിനുള്ള മതിയായ കാരണങ്ങൾ നിങ്ങൾക്കു വ്യക്തമാക്കിത്തരുവാനാണു്.

6

ഇന്നു പശു വിനാശത്തിന്റെ വക്കത്താണു്. നമ്മുടെ പ്രയത്നങ്ങൾ അവസാനം വിജയിക്കുമോ എന്നും എനിക്കുറപ്പില്ല. എന്നാൽ അവൾ മരിക്കുകയാണെങ്കിൽ അവളോടൊപ്പം നാമും മരിക്കും. 'നാം എന്നു പറയുമ്പോൾ ഞാൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്നതു നമ്മുടെ സംസ്കാരമാണു്––മുഖ്യമായി അഹിംസയിൽ അധിഷ്ഠിതവും ഗ്രാമീണവുമായ നമ്മുടെ സംസ്കാരം. അതുകൊണ്ടു വേണ്ടതെന്താണെന്നു നാം നിശ്ചയിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. നമുക്കു വേണമെങ്കിൽ ഹിംസാമാർഗം തിരഞ്ഞെടുത്തു ലാഭകരമല്ലാത്ത കന്നുകാലികളെ മുഴുവനും കൊല്ലാം. അപ്പോൾ നമുക്കു യൂറോപ്പിലേപ്പോലെ പാലിനും മാംസത്തിനുംവേണ്ടി കന്നുകാലികളെ വളർത്തേണ്ടി വരും. എന്നാൽ നമ്മുടെ നാഗരികത മൗലികമായിത്തന്നെ വ്യത്യസ്തമാണു്. നമ്മുടെ ജീവിതം നമ്മുടെ മൃഗങ്ങളുടെ നടുവിലാണു്. നമ്മുടെ ഗ്രാമീണരിൽ മിക്കവരും അവരുടെ മൃഗങ്ങളോടൊത്തു പലപ്പോഴും ഒരേ മേൽക്കൂരയ്ക്കു കീഴിൽ ജീവിക്കുന്നു. രണ്ടുപേരും ഒന്നിച്ചു ജീവിക്കുന്നു; രണ്ടു പേരും ഒന്നിച്ചു പട്ടിണികിടക്കുന്നു. ചിലപ്പോഴെല്ലാം ഉടമസ്ഥൻ സാധുക്കളായ കന്നുകാലികളെ പട്ടിണിക്കിടുകയും അവയിൽനിന്നു മുതലെടുക്കയും അവയെ ഉപദ്രവിക്കയും ദയവില്ലാതെ അവയെക്കൊണ്ടു വേലചെയ്യിക്കയും ചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ നമ്മുടെ മാർഗങ്ങൾ മെച്ചപ്പെട്ടതാമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ നമുക്കു് ഇരുകൂട്ടർക്കും രക്ഷപ്പെടാം. അല്ലെങ്കിൽ നാം ഒന്നിച്ചു് അധഃപതിക്കുകയും ചെയ്യും.

ബി. ആദായകരമല്ലാത്ത പശുക്കൾ

7

ലാഹോറിൽവച്ചു് ഏകദേശം എന്നെപ്പോലെതന്നെ കിറുക്കനായ ലാലാധനപതിറായിയെ ഞാൻ കണ്ടുമുട്ടി. ഹിന്ദുക്കളാണു് മുസ്ലീം കശാപ്പുകാർക്കു പശുക്കളെ വിൽക്കുന്നതെന്നു് അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു. ഈ രീതിക്കുള്ള കാരണം സാമ്പത്തികമാണെന്നും അദ്ദേഹം സൂചിപ്പിച്ചു. ഗ്രാമങ്ങളിൽ കന്നുകാലികളുടെ മേച്ചിൽസ്ഥലമായിരുന്ന വെളിമ്പ്രദേശങ്ങൾ സർക്കാരിൽനിന്നു വേലികെട്ടിയട

6. 15–2–'42 (1942 ഫെബ്രുവരി 1–ാം തീയതി ഗോസേവാസമ്മേളനത്തിൽ ചെയ്ത പ്രസംഗത്തിൽ നിന്നു്, How to Serve the Cow p. 11)
7. Young India, 29–1–'25 (ബെൽഗാമിൽ വച്ചു നടത്തിയ പശുസംരക്ഷണ സമ്മേളനത്തിൽ ചെയ്ത പ്രസംഗത്തിൽ നിന്നു്, How to Serve the Cow, p. 44)

ച്ചതുകൊണ്ട്, പശുക്കളെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനു് ആളുകൾക്ക് മാർഗമില്ലാതായിത്തീർന്നു. ഈ വിഷമത്തിനൊരു പരിഹാരം അദ്ദേഹം നിർദേശിച്ചു. കറവു വററിയ പശുക്കളെ ഇനിമേൽ വിൽക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ലെന്നു് അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു. അദ്ദേഹം തന്നെ അത്തരം പശുക്കളെ വാങ്ങി തൻെറ പരീക്ഷണം നടത്തിനോക്കിയിട്ടുണ്ടു്. അദ്ദേഹം അവയെ ഉഴവാൻ ഉപയോഗിക്കും. കുറെക്കഴിയുമ്പോൾ ശരിയായ സംരക്ഷണം നൽകിയിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ, അവ കൊഴുക്കുകയും വീണ്ടും ഗർഭം ധരിക്കുന്നതിനു ശക്തരായിത്തീരുകയും ചെയ്യും. ഈ പ്രസ്താവനയുടെ സത്യാവസ്ഥയ്ക്കു് എനിക്കു് ഉത്തരവാദിത്വം ഏറെറടുക്കാൻ സാധ്യമല്ല. എന്നാൽ വസ്തുതകൾ ലാലാ ധനപതിറായ് പറഞ്ഞതുപോലെയാണെങ്കിൽ, ഈ പദ്ധതി പൊതുവേ സ്വീകരിക്കാതിരിക്കാൻ ഞാൻ കാരണം കാണുന്നില്ല. യാതൊരു സാഹചര്യത്തിലും പശുക്കളെ ഉഴവുജോലിക്കു് ഉപയോഗിച്ചുകൂടെന്നു നമ്മുടെ ശാസ്ത്രങ്ങളിൽ ഒരിടത്തും പറഞ്ഞിട്ടില്ല. പശുവിനു ശരിയായ ആഹാരം കൊടുക്കയും ശ്രദ്ധാപൂർവം അവളെ ശുശ്രൂഷിക്കയും ചെയ്തിട്ടു്, അവളുടെ കഴിവിനപ്പുറം അവളെക്കൊണ്ടു് വേലയെടുപ്പിക്കാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിച്ചുകൊണ്ടു് വണ്ടി വലിക്കുന്നതിനോ ഉഴുന്നതിനോ അവളെ ഉപയോഗിച്ചാൽ അതിൽ യാതൊരു തെററുമില്ല. അതുകൊണ്ടു് ഈ നിർദേശം പരിഗണനാർഹമാണെന്നും, പ്രായോഗികമാണെന്നു കണ്ടാൽ അതു സ്വീകരിക്കേണ്ടതാണെന്നും ഞാൻ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. ഈ വിധത്തിൽ പശുവിനെ സംരക്ഷിക്കുവാൻ ഒരുവൻ യത്നിക്കുന്നുവെങ്കിൽ, അയാളെ നിന്ദിക്കേണ്ടതില്ല.

8

മച്ചിപ്പശുക്കളെ ഉഴുക, ധാന്യം പൊടിക്കുക മുതലായ ജോലികൾക്കു് ഉപയോഗിച്ചാലെന്താണു്? കശാപ്പുശാലകളിലേക്കു നയിക്കപ്പെടുന്നതിനെ തടയാനുള്ള ഒരു മാർഗമായിരിക്കയില്ലേ അതു്?

പാൽ നൽകുന്ന പശുക്കളെപ്പോലും വണ്ടി വലിക്കുന്നതിനുപയോഗിക്കുന്നതിനെ ശുപാർശ ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്ന പഞ്ചാബുകാരൻെറ ഉത്സാഹം കാരണം ഈ പ്രശ്നം ഒരുകാലത്തു വളരെയേറെ ചർച്ചയ്ക്കു വിഷയീഭവിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അവയ്ക്കു നൽകപ്പെടുന്ന വ്യായാമം കാരണം അവ കൂടുതൽ പാൽ തരുമെന്നും, ആ പാലിൽ പോഷകാംശങ്ങൾ ഏറിയിരിക്കുമെന്നും അദ്ദേഹം അവകാശപ്പെട്ടിരുന്നു. എന്തായാലും പശുവിനോടുള്ള എൻെറ ആദരം, അവളുടെ ശരീരത്തിനു ലേശംപോലും ദോഷം തട്ടാതെ അവൾക്കു ചെയ്യുവാൻ കഴിയുന്ന ജോലികൾ അവളേക്കൊണ്ടു ചെയ്യിക്കുന്നതിൽനിന്നു് എന്നെ തടയുന്നില്ല. വാഹനം വലിക്കുക തുടങ്ങിയ ജോലികൾ ചെയ്യുന്ന

8. Harijan, 10–5–'42 (How to Serve the Cow, p. 44)

മൃഗങ്ങളോടുള്ള നമ്മുടെ പെരുമാററം വളരെയേറെ മെച്ചപ്പെടുത്താനുണ്ടെന്നുള്ളതാണ് യാഥാർത്ഥ്യം. മച്ചിപ്പശുക്കളെ ലഘുവായ ജോലികൾക്കുപയോഗിക്കുന്നതിനെ, അതു് അത്തരം ജോലികൾ ചെയ്യുന്ന മററു മൃഗങ്ങളോടു കൂടുതൽ കാരുണ്യം പ്രദർശിപ്പിക്കാൻ മനുഷ്യനെ പ്രേരിപ്പിക്കുമെങ്കിൽ ഞാൻ സ്വാഗതം ചെയ്യും.

9

ചോദ്യം: ഗർഭമുള്ള പശുക്കളോ എരുമകളോ ഒഴികെ മററുള്ളവയെ—കറവുള്ളവയേയും ഇല്ലാത്തവയേയും—നിലം ഉഴുന്നതിനു് ഉപയോഗിച്ചുകൂടെ? കൃഷിക്കാരനു് ഇതു വലിയ സഹായമായിരിക്കും. എന്നാൽ പൊതുജനങ്ങൾ ഈ അഭിപ്രായത്തോടു വിയോജിക്കുന്നു. താങ്കളുടെ അഭിപ്രായമെന്താണു്?

ഈ ചോദ്യം 1915—ൽ എന്നോടു ചോദിച്ചതാണു്. ഇവിടെ പരാമർശിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന പശുക്കളെ നിലം ഉഴുന്നതിനു് ഉപയോഗിക്കുന്നതു് അവയ്ക്കു ഹാനികരമല്ലെന്നു് ഇന്നെന്നപോലെ അന്നും എനിക്കു തോന്നിയിരുന്നു. നേരേമറിച്ചു് അതു് അവയെ ശക്തിപ്പെടുത്തുകയും അവ നൽകുന്ന പാലിൻെറ അളവു കൂട്ടുകയും ചെയ്യും. നമ്മുടെ നാട്ടിൽ മൃഗങ്ങളോടു പലപ്പോഴും പെരുമാറുന്നതുപോലെ ക്രൂരമായിട്ടല്ലാതെ ഒരു സുഹൃത്തിനോടെന്നപോലെ പശുവിനോടു പെരുമാറിയെങ്കിൽ മാത്രമേ ഈ പ്രയോജനം സിദ്ധിക്കൂ. നാം പ്രയോജനപ്പെടുത്തുന്ന മൃഗങ്ങളുടെ കാര്യത്തിൽ ഇത്തരം സ്നേഹപൂർവമായ പെരുമാററം തീർച്ചയായും നിർബന്ധിതമാകണം. ഓരോ ജീവിക്കും അവൻെറ അഥവാ അതിൻെറ പരിമിതികളിൽ നിന്നുകൊണ്ടു പ്രവർത്തിക്കേണ്ടതായിട്ടുണ്ടു്. അത്തരം പ്രവൃത്തി മനുഷ്യനെയും മൃഗത്തെയും ഉൽക്കർഷത്തിലേയ്ക്കു നയിക്കുന്നു; അധഃപതിപ്പിക്കുന്നില്ല.

10

ആദായമുണ്ടാകാൻ മതിയാകുന്നത്ര പാൽ നൽകാതിരിക്കയോ, മറേറതെങ്കിലും തരത്തിൽ ആദായമില്ലാത്ത ഒരു ഭാരമായിത്തീരുകയോ ചെയ്യുമ്പോൾ പശുവിനെ കൊല്ലാതെ എങ്ങനെ രക്ഷിക്കാം? ഈ പ്രശ്നത്തിൻെറ ഉത്തരം ഇങ്ങനെ ചുരുക്കാം:

1. പശുവിനോടും അതിൻെറ കുട്ടികളോടുമുള്ള കടമ ഹിന്ദുക്കൾ നിർവഹിക്കുക. അവർ അങ്ങനെ ചെയ്യുമെങ്കിൽ നമ്മുടെ കന്നുകാലികൾ ഇന്ത്യയുടെയും ലോകത്തിൻെറയും അഭിമാനമായിത്തീരും. അതിനു വിപരീതമാണു് ഇന്നത്തെ അവസ്ഥ.

2. കന്നുകാലികളുടെ വർഗസംവർദ്ധനശാസ്ത്രം പഠിക്കുക—ഇന്നു് ആ ജോലിയിൽ പൂർണമായ അരാജകത്വമാണുള്ളതു്.

---

9. Harijan, 15–9–'46 (How to Serve the Cow, p. 44)
10. Harijan, 31–3–'47(How to Serve the Cow, p. 29)

3. ബീജോല്പാദനശക്തിയില്ലാതാക്കിത്തീർക്കുന്ന ഇന്നത്തെ ക്രൂരമായ രീതിക്കു പകരം, പാശ്ചാത്യരാജ്യങ്ങളിൽ പരിശീലിച്ചുവരുന്ന ദയാപൂർവമായ രീതി സ്വീകരിക്കുക.

4. ഇന്ത്യയിലെ ഗോസംരക്ഷണ കേന്ദ്രങ്ങൾ സമൂലം പരിഷ്കരിക്കുക—ഇന്ന് സർവത്ര ഈ ജോലി നടത്തിവരുന്നത് തീരെ വിവരമില്ലാത്ത രീതിയിലാണ്. ഇതിലേർപ്പെട്ടിരിക്കുന്നവർക്ക് ഈ ജോലി അറിഞ്ഞുകൂട, യാതൊരു പദ്ധതിയും അവർക്കില്ല.

പ്രാഥമികമായ ഈ സംഗതികൾ ചെയ്തുകഴിയുമ്പോൾ, മുസ്ലീങ്ങൾ, തങ്ങളുടെ ഹിന്ദുസഹോദരന്മാരെ ഉദ്ദേശിച്ചെങ്കിലും മാംസത്തിനായോ, മററാവശ്യങ്ങൾക്കായോ കന്നുകാലികളെ കൊല്ലാതിരിക്കേണ്ടതു് അത്യാവശ്യമാണെന്നു്, സ്വയമേവ മനസ്സിലാക്കുന്നതായി നമുക്കു കാണാൻ കഴിയും. മുൻപറഞ്ഞ വ്യവസ്ഥകൾക്കടിയിൽ ഒരുകാര്യം കിടപ്പുണ്ടെന്നു വായനക്കാരൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. അഹിംസയാണതു്—മറെറാരു വിധത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ സാർവലൗകികമായ ദയ. സർവോൽകൃഷ്ടമായ അക്കാര്യം ഗ്രഹിക്കുമെങ്കിൽ മറെറല്ലാം എളുപ്പമായിത്തീരുന്നു. അഹിംസയുള്ളിടത്തു്, അനന്തമായ ക്ഷമയും, ആന്തരികശാന്തിയും, വിവേകവും ആത്മത്യാഗമനോഭാവവും, യഥാർത്ഥജ്ഞാനവും ഉണ്ടായിരിക്കും. ഗോരക്ഷ എളുപ്പമുള്ള ഒരു കാര്യമല്ല. അതിൻെറ പേരിൽ ധാരാളം പണം വെറുതെ ചെലവാക്കപ്പെടുന്നു. എന്നിരുന്നാലും അഹിംസയുടെ അഭാവത്തിൽ ഹിന്ദുക്കൾ പശുക്കളുടെ സംരക്ഷകരായിരിക്കേണ്ടതിനു പകരം വിനാശകാരികളായിരിക്കയാണ്. ഇന്ത്യയിൽനിന്നും വിദേശഭരണം മാററുന്നതിനേക്കാളും പ്രയാസമുള്ളതാണ് അതു്.

11

ചത്ത കന്നുകാലികളെ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഇന്നത്തെ രീതി അങ്ങേയററം നഷ്ടമുണ്ടാക്കുന്ന ഒന്നാണ്. രാജ്യത്തിനു കോടിക്കണക്കിനു പണം തൻമൂലം നഷ്ടപ്പെടുന്നു. ശവത്തിൻെറ ഓരോ തുണ്ടും ശരിയായി ഉപയോഗപ്പെടുത്തണം. ഇന്ന് അതിൽ ഏറിയ ഭാഗവും നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്നു. തോൽ, അസ്ഥി, കുടൽമാല, മാംസം ഇവയെല്ലാം ഉപയോഗപ്രദങ്ങളാണ്. വേണ്ടവണ്ണം അവയെ ഉപയോഗപ്പെടുത്തേണ്ടിയുമിരിക്കുന്നു. ഏതാണ്ടൊരുവിധത്തിൽ തോൽ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നുണ്ടു്, അസ്ഥികൾ മിക്കവാറും വെറുതെ കളയുകയാണ്. ശ്രദ്ധാപൂർവം അവ ശേഖരിച്ചു ശാസ്ത്രീയമായ രീതിയിൽ വളമാക്കിത്തീർക്കണം. കുടൽമാല, ഗട്ടിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഇനിയും മെച്ചമായ രീതിയിൽ അതുപയോഗപ്പെടുത്താൻ സാധ്യതകളുണ്ടു്. മാംസം ഇന്നു വൃത്തികെട്ട രീതിയിലാണുപയോഗിക്കുന്നതു്. അതു മാററി അതിൽനിന്നു കൊഴുപ്പെടുക്കണം.

---

11. Harijan, 18–3–1933 (Removal of Untouchability, p. 200)

ഈ കൊഴുപ്പ് ഫാക്ടറികൾക്കാവശ്യമായ ഗ്രീസ് ഉണ്ടാക്കാൻ വളരെ ഉപകരിക്കും. അവശിഷ്ടം വളമാക്കി മാററുകയോ ആഴത്തിൽ കുഴിച്ചുമൂടുകയോ ചെയ്യണം.

12

കുട്ടിക്കാലത്തു പോർബന്ദറിൽവച്ചു പശുക്കൾ യഥേഷ്ടം മലം കഴിക്കുന്നതു ഞാൻ കണ്ടിട്ടുണ്ട്. ആ പതിവു ബീഭത്സമായി എനിക്കു തോന്നി. ഇന്നുവരെ ആ വികാരം നിലനിന്നിട്ടുണ്ട്.

മനുഷ്യന്റെ മലം കന്നുകാലികൾക്ക് ഒരു നല്ല ഭക്ഷണമാണെന്നു രസതന്ത്രത്തെളിവുകൾ സ്ഥാപിക്കുമെങ്കിലും മാനസികമായ എതിർപ്പു നിലനിൽക്കും.

സി. എരുമയെ സ്വതന്ത്രമാക്കുക

13

വൈദ്യശാസ്ത്രപരമായി പശുവിൻപാൽ എരുമപ്പാലിനേക്കാൾ മെച്ചപ്പെട്ടതാണെന്നു ഭിഷഗ്വരന്മാർ ഐകകണ്ഠ്യേന പ്രഖ്യാപിക്കുന്നുണ്ട്. യുക്തിയുക്തമായ ഗോസംരക്ഷണംകൊണ്ടു പശുവിൻപാലിലെ പോഷകാംശങ്ങളുടെ തോതു വദ്ധിപ്പിക്കാമെന്നാണു ക്ഷീരോത്പാദനകേന്ദ്രവിദഗ്ധന്മാരുടെ അഭിപ്രായം. എരുമയേയും പശുവിനേയും ഒരുമിച്ചു പരിരക്ഷിക്കുക അസാദ്ധ്യമാണെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. എരുമ വളർത്തൽ ഉപേക്ഷിച്ചെങ്കിൽ മാത്രമേ പശുവിനെ സംരക്ഷിക്കാൻ സാധിക്കൂ. കാർഷികോദ്ദേശ്യങ്ങൾക്കായി പോത്തിനെ വൻതോതിൽ ഉപയോഗിക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. ഇനി അവയെ കൂടുതലായി ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ ഇന്നുള്ളവയെയെങ്കിലും സംരക്ഷിക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞേക്കും. എരുമകളെ ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നതു മതത്തിന്റെ ഭാഗമല്ല. പശുക്കളുടെ കാര്യത്തിലും അങ്ങനെതന്നെയാണ്. നാം നമ്മുടെതന്നെ ഉപയോഗത്തിയായി ആനയുടെ വർഗവർധന സാധിക്കുന്നു. എരുമകളെ ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നതു പശുവിനോടും എരുമയോടും കാണിക്കുന്ന ക്രൂരതയാണ്. ഹിന്ദുക്കളായ ഇടയന്മാർ ഇന്നും ചെറിയ പോത്തിൻകുട്ടികളെ ആദായകരമായി തീററിപ്പോററാൻ നിവൃത്തിയില്ലാത്തതുകൊണ്ടു നിർദയം കൊല്ലുന്നുണ്ടെന്നു ജീവകാരുണ്യപ്രവർത്തകർ അറിയേണ്ടതാണ്.

14

എരുമകളെ അവഗണിക്കണമെന്നല്ല എന്റെ ലേഖനംകൊണ്ടുദ്ദേശിച്ചിരിക്കുന്നതു്. എരുമയുടെതന്നെ നന്മയ്ക്കായി അതിന്റെ

---

12. Harijan, 22–6–1935 (How to Serve the Cow, p. 59)
13. Young India, 31-3–1927 (How to Serve the Cow, p. 45)
14. Young India, 19-5–1927 (How to Serve the Cow, pp. 46–47)

വർദ്ധന നിർത്തണമെന്നാണു ഞാൻ നിർദേശിച്ചതു്. മറെറാരു തരത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ അടിമത്തത്തിൽനിന്നു എരുമകളെ സ്വതന്ത്രമാക്കുകയെന്നാണു് അതിനർത്ഥം. പശുവിനെ നാം നമ്മുടെ ഉപയോഗത്തിനായി വീട്ടിൽ വളർത്തിത്തുടങ്ങി. അതുകൊണ്ടു് അവളുടെ സംരക്ഷണം നമ്മുടെ മതത്തിൻെറ ഒരു ഭാഗമായിത്തീർന്നിട്ടുണ്ടു്. പശുക്കളെ വളർത്തുന്നതുപോലേ എരുമകളെയും വളർത്തുന്നതിനു നാം ശ്രമിക്കയാണെങ്കിൽ രണ്ടും നമുക്കു നഷ്ടമാകുമെന്നു കാണിക്കുകയാണു് എൻെറ ഉദ്ദേശ്യം.

ഇപ്പോഴുള്ള എരുമകളെ തീർച്ചയായും നാം ഉപയോഗപ്പെടുത്തണം. അതു കൊങ്കണംപോലുള്ള സ്ഥലങ്ങളിൽവച്ചായിരിക്കട്ടെ. എന്നാൽ നമ്മുടെ കടമ വ്യക്തമാണു്: പശുക്കളെക്കൊണ്ടുമാത്രം നമുക്കു കഴിയാമെന്നുള്ളപ്പോൾ, എരുമകളെക്കൂടി വളർത്തി നമ്മുടെ ചുമതല നാം വർദ്ധിപ്പിക്കരുതു്. അതുകൊണ്ടു് പശുവിൻ പാൽകൊണ്ടുമാത്രം നാം തൃപ്തിപ്പെടണം. ബോംബെപോലുള്ള ഒരു നഗരത്തിൽ പശുവിൻ പാലിനെക്കാൾ എരുമപ്പാലിനു് കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം നല്കേണ്ട ആവശ്യമുണ്ടാവരുതു്. പരിശുദ്ധമായ പശുവിൻ പാൽ കുറഞ്ഞ വിലയ്ക്കു ലഭിക്കുന്നതിനും പശുവിൽനിന്നു് കിട്ടുന്ന പാലിൻെറ അളവു് വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനും വൻതോതിൽ ഒരു പ്രയത്നം സംഘടിപ്പിക്കണം. പശുവിൻ പാലിലെ പോഷകാംശങ്ങളുടെ തോതു് വർദ്ധിപ്പിക്കുവാനും സാദ്ധ്യമാണു്. ഈ കാര്യങ്ങളെല്ലാം യൂറോപ്പിൽ, പ്രത്യേകിച്ചും ഡെന്മാർക്കിൽ ഒരു ശാസ്ത്രമായി വികസിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടു്. ആ രാജ്യങ്ങളിൽ പശുക്കൾ നമ്മുടെ എരുമകളുടേതിനെക്കാൾ മെച്ചപ്പെട്ട വളരെയധികം പാൽ നല്കുന്നുണ്ടു്. പശുവിൻ പാലിനുള്ള ശുചിത്വമോ, ആരോഗ്യദായകമായ ഗുണങ്ങളോ എരുമപ്പാലിനു് ഇല്ലെന്നും, ഒരിക്കലും ഉണ്ടാക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ലെന്നും വൈദ്യന്മാരിൽനിന്നു ഞാൻ കേട്ടിട്ടുണ്ടു്. പശുവിൻ പാൽ സാത്വികമാണെന്നും എരുമപ്പാൽ താമസികമാണെന്നും പുണ്യശീലരായ ആളുകൾ എന്നോടു പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടു്. ഇതെത്രകണ്ടു ശരിയാണെന്നു് എനിക്കറിഞ്ഞുകൂടാ. ശരിയായ മാർഗത്തിൽക്കൂടി ഇതിൻെറ സത്യാവസ്ഥ വ്യക്തമായറിയാൻ ഞാൻ യത്നിക്കുന്നുണ്ടു്. എന്നാൽ നമുക്കെന്തെല്ലാം തരാൻ എരുമയ്ക്കു് കഴിയുമോ, അതും അതിൽക്കൂടുതലും നല്കാൻ പശുവിനും കഴിവുണ്ടു്; ഇല്ലെങ്കിൽ കഴിവുണ്ടാക്കാൻ നമുക്കു സാധിക്കും എന്നെനിക്കു തോന്നുന്നുണ്ടു്. ഇതു സത്യമാണെങ്കിൽ, മനുഷ്യൻ സ്വന്തം ആവശ്യങ്ങൾ പരിഗണിച്ചു് എന്തിനാണു് എരുമയെ വളർത്തുകയെന്ന ചുമതലയും ഏറെറടുക്കുന്നതു്. എരുമകളുടെ ആവശ്യം പരിഗണിക്കുന്നവെങ്കിൽ എന്തിനാണു് നാം അവയെ ആവശ്യമില്ലാതെ ബന്ധനത്തിൽ സൂക്ഷിക്കുന്നതു്? അഥവാ കൂടുതൽ ലളിതമായി പറയുകയാണെങ്കിൽ നാം എന്തിനാണു് നമ്മെ സേവിക്കാൻ അവയെ നിർബന്ധിക്കുന്നതു്?

എരുമവളർത്തലിൽനിന്നു ചിലർ സാമ്പത്തികലാഭം ഉണ്ടാക്കുന്നുണ്ടെന്ന വസ്തുതയ്ക്കു്, എല്ലാവരുടെയും നന്മ ലക്ഷ്യമാക്കിയുള്ള ഈ മതപരമായ ചർച്ചയിൽ യാതൊരു സ്ഥാനവുമില്ല. സ്വാർത്ഥപരമോ താത്ക്കാലികമോ ആയ ഇടുങ്ങിയ താത്പര്യം മുൻനിർത്തിമാത്രം ചിന്തിച്ചുകൊണ്ടു്, നാം സ്വയം നശിച്ചിരിക്കയാണു്; അതായതു് നമ്മുടെ രാജ്യത്തെയും മതത്തെയും—നശിപ്പിച്ചിരിക്കയാണു്; രാജ്യത്തിന്റെ വിശാലമായ താത്പര്യം മുൻനിർത്തി ചിന്തിച്ചാൽമാത്രമേ,നമുക്കു് ഒരു രാഷ്ട്രമായിത്തീരുവാൻ സാധിക്കൂ ഈ രീതിയിൽ നമുക്കു ചിന്തിക്കാൻതന്നെ സാദ്ധ്യമല്ലെങ്കിൽ, മതത്തെക്കുറിച്ചു സംസാരിച്ചിട്ടു കാര്യമില്ല. ദേശീയമായ വീക്ഷണകോണിലൂടെ നോക്കുമ്പോഠം രാജ്യത്തിന്റെ നന്മയാണു് സർവപ്രധാനമായ പരിഗണനന അർഹിക്കുന്നതു്. മതപരമായ വീക്ഷണകോണിലൂടെ നോക്കുമ്പോളാകട്ടെ പശു മുതൽ എറുമ്പുവരെ ജീവനുള്ള എല്ലാററിന്റെയും നന്മ സർവപ്രധാനമായ പരിഗണന അർഹിക്കുന്നു.

ഇനിയും എരുമകഠം ആവശ്യമില്ലെന്നു് ആശ്രമം തീർച്ചപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു. ആഹാരത്തിൽ വലിയ കുറവൊന്നും ഞങ്ങഠംക്കു വരുത്തേണ്ടിവരില്ല. എന്നാൽ പശുവിനു ശരിയായ തീററ നല്കുകയാണെങ്കിൽ അവഠം ക്ഷീരോത്പാദനത്തിൽ എരുമയോടൊപ്പമെത്തുമെന്നും അവഠംക്കുവേണ്ടി കൂടുതൽ ചെലവു ചെയ്യേണ്ടിവരില്ലെന്നും അവളുടെ കിടാങ്ങളെക്കൊണ്ടു് കൂടുതൽ പ്രയോജനമുണ്ടാകുമെന്നും തീർച്ചയായും വ്യക്തമാണു്.

15

എരുമകളെ പുറംതള്ളുന്ന പ്രശ്നമേയില്ല; അവയെ കൊല്ലുന്ന പ്രശ്നം അത്രയുമില്ല. പാശ്ചാത്യസാമ്പത്തിക വിദഗ്ദ്ധർക്കു് വളരെ എളുപ്പമായി തോന്നുന്ന ഒന്നാണു് കശാപ്പു്. അതുകൊണ്ടാണു് അവർ താണതരം പശുക്കളെയും കാളകളെയും കശാപ്പുചെയ്തു കഴപ്പം പരിഹരിക്കുന്നതു്. എന്നാൽ ആ പരിഹാരം എനിക്കു സ്വീകാര്യമല്ല. ശരിയായ ഗോരക്ഷാശാസ്ത്രത്തിൽ നാം വിദഗ്ദ്ധരാവുകയാണെങ്കിൽ എരുമകളുടെയും മററു മൃഗങ്ങളുടെയും പരിപാലനശാസ്ത്രം സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെ നമുക്കു വെളിപ്പെടുമെന്നാണു് എന്റെ ഉറച്ച വിശ്വാസം. ○

15. Harijan, 15–2–'24. (How to Serve the Cow, p.55)





ഗാർഹികജീവിതം

ജീവിതത്തെയാകെയെന്നവണ്ണം ഗാർഹികജീവിതത്തെയും ശാസ്ത്രീയമായൊരടിസ്ഥാനത്തിലാണ് ഗാന്ധിജി സമീപിച്ചത്. പരമ്പരാഗതമായ ഗാർഹിക ജീവിതചര്യകളിൽ കൊള്ളാനുള്ളതു കൊള്ളുകയും തള്ളാനുള്ളതു തള്ളുകയും ചെയ്തു, അദ്ദേഹം. ഒപ്പം നവീനാശയങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുകയും, ജീവിതത്തെ ചലനാത്മകമാക്കാൻ അദ്ദേഹം പരിശ്രമിക്കുകയും ചെയ്തു. സമൂഹജീവിതനിഷ്ഠനായ ഒരു വ്യക്തിയെ വാർത്തെടുക്കുകയെന്നതായിരുന്നു അദ്ദേഹത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം.

വിവാഹം, പുരുഷനും ഭാര്യയും തമ്മിലുള്ള ബന്ധങ്ങൾ, കുട്ടികളെ വളർത്തൽ, ആരോഗ്യം, ശുചിത്വം, വ്യായാമം ആദിയായവ, ഗാർഹിക സമ്പദ്‌വ്യവസ്ഥ എന്നിങ്ങനെ അഞ്ചു മുഖ്യഭാഗങ്ങൾ ഇതിലുണ്ട്. ഗാർഹികബന്ധങ്ങളുടെ ക്രമീകരണം, ആരോഗ്യകരമായ സാമൂഹ്യബന്ധങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനവും വ്യക്തിയുടെ ധാർമികോൽക്കർഷത്തിനു നിദാനവും ആയിത്തീരണമെന്ന നിഷ്കർഷയോടെയാണ് ഗാന്ധിജി ഇക്കാര്യം കൈകാര്യം ചെയ്തിട്ടുള്ളത്.

കേരളഗാന്ധിസ്മാരകനിധി പ്രസിദ്ധീകരണം

കറന്റ് ബുക്സ്

തിരുവനന്തപുരം, കോട്ടയം, എറണാകുളം, ആലപ്പുഴ,
കോഴിക്കോട്, തൃശ്ശൂർ, തലശ്ശേരി